ВАЛЕРИ ДРУЭ И ПЬЕР-ЛУИ ВЬЕЛЬ

БАРБЕКЮ

ЗАКУСКИ, ОСНОВНЫЕ БЛЮДА, ДЕСЕРТЫ

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

В этой книге представлены простые и практичные рецепты блюд, которые готовятся на планче (плоском гриле) и решетке барбекю. Мясо, рыба, овощи и даже десерты – словом, блюда на любой случай и на любой вкус. Авторы предлагают разнообразные маринады, соусы, гарниры – все, что нужно для вкусной и обильной трапезы в дружеской компании.

В формате PDF A4 сохранен издательский дизайн.

- Валери Друэ и Пьер-Луи Вьель
  -
  - Предисловие
  - Маринады
    -
    - Маринад цитрусовый
    - Маринад тайский
    - Маринад тандури
    - Маринад карамельный
    - Маринад с юдзу
    - Маринад американский
    - Маринад марокканский
    - Маринад ананасовый
    - Маринад анисовый
    - Маринад провансальский
  - Соусы
    -
    - Соус сливочно-чесночный
    - Соус барбекю
    - Соус с камамбером
    - Соус беарнский
    - Соус бордоский
    - Соус тартар
    - Домашний кетчуп
    - Соус вьерж
    - Соус йогуртовый с чесноком и кинзой
    - Крем с пармезаном
    - Соус с грейпфрутом и имбирем
    - Соус песто
  - Мясо
    - Свиные ребрышки с имбирем
    - Котлетки из курицы и креветок
    - Пиката из телятины с хамоном иберико

- Куриные шашлычки с соусом терияки
- Жареные утиные грудки с можжевельником
- Копченые бараньи ребрышки с чабером
- Глазированный бекон с хересовым уксусом
- Кебаб из свинины и грибов муэр
- Отбивные из барашка по-марокканski
- Утка с апельсином на шпажках
- Краподин из курицы с горчицей
- Онглеты с шалотом конфи
- Баранина с кускусом под мятно-ореховым соусом
- Шашлычки из свинины и ананаса
- Жареная баранина с розмарином
- Телятина по-восточному
- Говядина на ребрах с солью и тимьяном
- Крепинеты из курицы с горгондзолой

○ Рыба и морепродукты
- Шашлычки из рыбы-меч с васаби
- Барабулька с бобами и соусом песто
- Кальмары, фаршированные крамблом и рататуем
- Кальмары, фаршированные крамблом и рататуем (продолжение)
- Шашлычки из лосося с перцем
- Каракатицы с соусом айоли
- Жареные креветки в пармской ветчине
- Хрустящие шашлычки из мидий
- Жареный морской черт с зеленым соусом карри
- Шашлычки с кальмарами по-тайски
- Жареные лангустины в грейпфрутовом маринаде
- Жареная скумбрия в беконе
- Дорадо по-индийски
- Моллюски с шафраном, запеченные в фольге
- Жареные омары с имбирем
- Жареные омары с имбирем (продолжение)
- Сардины с зеленым маслом
- Тунец с фенхелем в томатном масле
- Сардины, фаршированные кускусом и овощами
- Сибас в маринаде из кинзы

○ Овощи и…
- Помидоры с оливковым маслом и зеленью
- Помидоры черри с бальзамическим уксусом
- Спаржа с бурратой и ванилью
- Сальса из сладкого перца

- Лук-шалот с розмарином
- Морковь и лук-порей с цитрусовым соусом винегрет
- Пряная кукуруза в масле
- Камамбер с кальвадосом

- Десерты
  - Инжир в мускатной карамели
  - Яблоки с кленовым сиропом
  - Дыня в медово-лавандовой карамели
  - Манго с арахисовым крамблом
  - Ананас по-ямайски
  - Персики с оршадом
  - Ягоды в черносмородиновом желе
  - Зефир в шоколаде
- Напитки
- Инструменты
- Таблицы соответствий
- Благодарности

Валери Друэ и Пьер-Луи Вьель Барбекю. Закуски, основные блюда, десерты

Valéry Drouet & Pierre-Louis Viel
PLANCHA! (et barbecue entre potes)

Перевод с французского *Ольги Лифинцевой*

Рецепты и стиль Валери Друэ
Фотографии Пьера-Луи Вьеля

В оформлении обложки использована иллюстрация © smereka / shutterstock.com

© 2012, Mango
© Лифинцева О., перевод на русский язык, 2014
© Издание на русском языке, оформление. ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус», 2023 КоЛибри®

Предисловие

Что может быть лучше минут, проведенных с друзьями и родными у планчи или барбекю? В этой книге вы найдете интересные рецепты, которые можно опробовать летом в приятной компании.

Некоторые из этих блюд предпочтительнее готовить на планче, а другие – на барбекю, но вы, конечно, можете поэкспериментировать и сделать все наоборот (или даже запечь блюдо в духовке). Только не лейте маринад прямо на огонь…

Смажьте планчу маслом, а если мясо или рыба начнут прилипать, значит, поверхность слишком раскалилась и нужно уменьшить жар. Когда закончите готовить, обязательно вымойте планчу. Самый эффективный метод для стальной планчи: засыпать еще горячую поверхность кусочками льда, затем снять жир лопаткой. Однако этот метод не подходит для моделей из чугуна: от перепада температур он может треснуть. Такой планче нужно сначала дать остыть, а затем промыть горячей

водой с жидкостью для мытья посуды или мягким жироудалителем.

Что касается барбекю, то здесь сложности могут возникнуть только с топливом. Используйте уголь или древесину лучшего качества, в идеале – сухую виноградную лозу… И разумеется, избегайте применения спирта и химических средств для разведения огня! Если у вас мало времени, маринад и соус

сделают свое дело: применяя их, вы сбережете много сил.

Не забудьте воспользоваться моими советами по подбору напитков: вы найдете их в конце книги. Желаю провести время с пользой и удовольствием!

Валери Друэ

Маринады

ЦИТРУСОВЫЙ
КАРАМЕЛЬНЫЙ
ТАЙСКИЙ
С ЮДЗУ
ТАНДУРИ
АМЕРИКАНСКИЙ

Все маринады рассчитаны на 6 порций

Маринад цитрусовый

Для птицы и белого мяса

В сотейнике прогрейте 3 ст. л. жидкого меда с 3 ст. л. рисового уксуса (50 мл). Вылейте смесь в миску. Добавьте сок 1 лимона, сок и цедру 1 апельсина; посолите и поперчите. Хорошо перемешайте.

Маринад тайский

Для птицы, свинины, рыбы и ракообразных

Почистите и нарежьте 4 луковицы и 2 зубчика чеснока. Измельчите 1 маленький красный перец чили и 8 листочков тайского (или обычного) базилика. Почистите и натрите 20 г свежего имбиря. Смешайте все ингредиенты в большой миске. Добавьте 150 мл подсолнечного или оливкового масла, посолите, поперчите и хорошо перемешайте.

Маринад тандури

Для курицы

Почистите и нарежьте 1 небольшую луковицу. Положите в глубокую миску, добавьте 2 баночки натурального йогурта, 3 ст. л. лимонного сока (50 мл), 1 ст. л. с горкой приправы тандури в порошке. Посолите и поперчите. Хорошо перемешайте. Маринуйте мясо в этой смеси не менее 4 часов.

Маринад карамельный

Для птицы и свинины

Насыпьте в сотейник 40 г коричневого сахара, влейте 100 мл кленового сиропа и готовьте на среднем огне, пока сахар не растворится в сиропе и смесь не станет слегка коричневатой. Снимите с огня, добавьте 3 ст. л. рисового уксуса (50 мл) и 80 мл соевого соуса. Хорошо перемешайте и дайте остыть, прежде чем начнете мариновать мясо.

Маринад с юдзу

Для птицы, белого мяса и рыбы

Очистите и нарежьте 2 луковицы. Положите в большую миску и смешайте с 80 мл сока юдзу (японского лимона) и 100 мл оливкового масла. Посолите и поперчите.

Маринад американский

Для свинины, баранины и говядины

В большой миске смешайте 120 г кетчупа, 3 ст. л. виски (50 мл) и 80 мл бальзамического уксуса. Посолите и поперчите.

Маринад марокканский

Для птицы, баранины и рыбы

Раздавите 1 ч. л. семян кинзы (кориандра) и смешайте в большой миске с 10 веточками мелко нарезанной свежей кинзы, 6 порезанными четвертинками вяленых помидоров, 3 зубчиками чеснока и ¼ соленого лимона конфи. Добавьте сок 1 лимона и 150 мл оливкового масла. Посолите, поперчите, еще раз хорошо перемешайте.

Маринад ананасовый

Для птицы и белого мяса

Очистите и нарежьте 2 зубчика чеснока. В сотейнике доведите до кипения 2 ст. л. жидкого меда с 3 ст. л. соевого соуса (50 мл). Перелейте смесь в миску; добавьте 150 мл ананасового сока и измельченный чеснок. Посолите, поперчите, хорошо перемешайте.

Прежде чем жарить на огне мясо, рыбу или овощи, подержите их в маринаде минимум 2–4 часа, затем дайте маринаду хорошо стечь. В конце приготовления можно смазать их оставшимся маринадом (для этого не подходят только маринады тандури и с юдзу), чтобы они покрылись красивой карамельной корочкой.

Маринад анисовый

Для птицы и рыбы

В большой миске смешайте 150 мл оливкового масла с 2 ст. л. пастиса (анисовой водки) (30 мл) и соком 1 лимона. Добавьте 1 ст. л. с горкой семян фенхеля и веточку лимонного тимьяна. Посолите, поперчите и все хорошо перемешайте.

Маринад провансальский

Для птицы, белого мяса и баранины

Измельчите 8 листочков свежего базилика. В большой миске смешайте 1 ст. л. с горкой томатной пасты с 3 ст. л. воды (50 мл). Добавьте сок ½ лимона, 100 мл оливкового масла и по 1 ст. л. сушеного тимьяна и базилика. Посолите, поперчите, хорошо перемешайте.

Соусы

СЛИВОЧНО-ЧЕСНОЧНЫЙ
БЕАРНСКИЙ
БАРБЕКЮ
БОРДОСКИЙ
С КАМАМБЕРОМ
ТАРТАР

Все соусы рассчитаны на 6 порций

Соус сливочно-чесночный

К птице, белому мясу и баранине

Нарежьте 10 зубчиков чеснока. Положите в сотейник и залейте холодной водой. Доведите воду до кипения, слейте. Повторите предыдущий шаг еще 2 раза. Налейте в сотейник 300 мл нежирных сливок, добавьте чеснок, посолите и поперчите. Доведите до кипения и варите еще 15 минут на среднем огне, пока соус не загустеет. Смешайте сливочно-чесночный соус в блендере.

Соус барбекю

К свинине и говядине

Почистите и нарежьте 2 луковицы-шалот. Положите в кастрюлю. Добавьте 80 г кетчупа, 25 г коричневого сахара, 3 ст. л. соевого соуса (50 мл) и 3 ст. л. виски (50 мл). Размешайте и варите 10 минут на среднем огне. Готовый соус еще раз перемешайте и дайте остыть.

Соус с камамбером

К птице и белому мясу

Почистите и мелко нарежьте 1 яблоко. В течение 5 минут растопите в сотейнике 20 г сливочного масла. Влейте 200 мл сидра, размешайте. Уваривайте смесь, пока не уменьшится на две трети. Добавьте 250 мл нежирных сливок, посолите и поперчите. Продолжайте готовить соус на среднем огне еще 10 минут. Добавьте 80 г нарезанного сыра камамбер и варите еще 5 минут. Готовый соус смешайте в блендере, чтобы стал гладким и однородным.

Соус беарнский

К красному мясу

Растопите на водяной бане 250 г сливочного масла, пока на поверхности не появится пенка. Снимите пенку и оставьте только растопленное масло. Положите в сотейник 60 г мелко нарезанного лука-шалота, 1 ч. л. молотого перца, 1 ст. л. измельченного эстрагона, добавьте 150 мл белого винного уксуса. Уваривайте смесь, пока жидкость не выпарится. Немного остудите. Добавьте в сотейник 4 яичных желтка и 2 ст. л. холодной воды. Взбивайте в течение 6–8 минут на слабом огне, пока смесь не загустеет. Постепенно влейте растопленное сливочное масло, посолите и поперчите. Хорошо перемешайте. Процедите готовый соус через мелкое сито, добавьте 1 ст. л. измельченного эстрагона.

Соус бордоский

К красному мясу

Почистите и нарежьте 100 г лука-шалота. Положите в сотейник, добавьте 300 мл красного вина и 1 веточку свежего тимьяна; уваривайте, пока жидкость не выпарится наполовину. Влейте 200 мл говяжьего бульона, посолите и поперчите. Продолжайте варить еще 15 минут на среднем огне, пока соус не загустеет. В конце приготовления добавьте 20 г сливочного масла и хорошо взбейте.

Соус тартар

К птице, белому и красному мясу

Мелко нарежьте 1 яйцо, сваренное вкрутую, 20 г каперсов, 4 больших соленых огурца, 2 луковицы и 1 небольшой пучок кервеля. Перемешайте все ингредиенты в глубокой миске, добавив 250 г майонеза.

Домашний кетчуп

Ко всем видам мяса

Помойте 500 г помидоров, нарежьте на четвертинки и удалите семена; мякоть нарежьте на кусочки. Почистите и мелко нарежьте 1 луковицу и 1 зубчик чеснока. Сложите в кастрюлю помидоры, лук и пропущенный через пресс чеснок. Добавьте 100 г сахара, 100 мл винного уксуса, 1 щепотку красного острого перца чили, посолите, поперчите. Накройте кастрюлю крышкой и тушите овощи на слабом огне в течение 1,5–2 часов, время от времени помешивая. Готовый соус протрите через сито и дайте остыть.

Соус вьерж

К рыбе

Опустите 3 помидора в кастрюлю с кипящей водой примерно на 30 секунд. Ополосните под холодной водой, снимите шкурку и разрежьте надвое. Выньте из помидоров семена, а мякоть мелко нарежьте. Измельчите 20 листочков базилика. Сложите в глубокую миску все ингредиенты, добавьте 150 мл оливкового масла, посолите, поперчите и хорошо перемешайте.

Соус йогуртовый с чесноком и кинзой

К птице, белому мясу и рыбе

Почистите и мелко нарежьте 2 зубчика чеснока; помойте и измельчите 1 пучок кинзы. Смешайте все ингредиенты в глубокой миске, добавьте 2 баночки натурального йогурта и сок 1 лимона, посолите, поперчите.

Крем с пармезаном

К птице и белому мясу

В сотейнике доведите до кипения 300 мл сливок; посолите и поперчите. Готовьте 2 минуты, затем добавьте 130 г натертого пармезана лучшего качества. Хорошо взбейте смесь в течение 2 минут, пока соус не станет однородным.

Соус с грейпфрутом и имбирем

К птице, белому мясу и рыбе

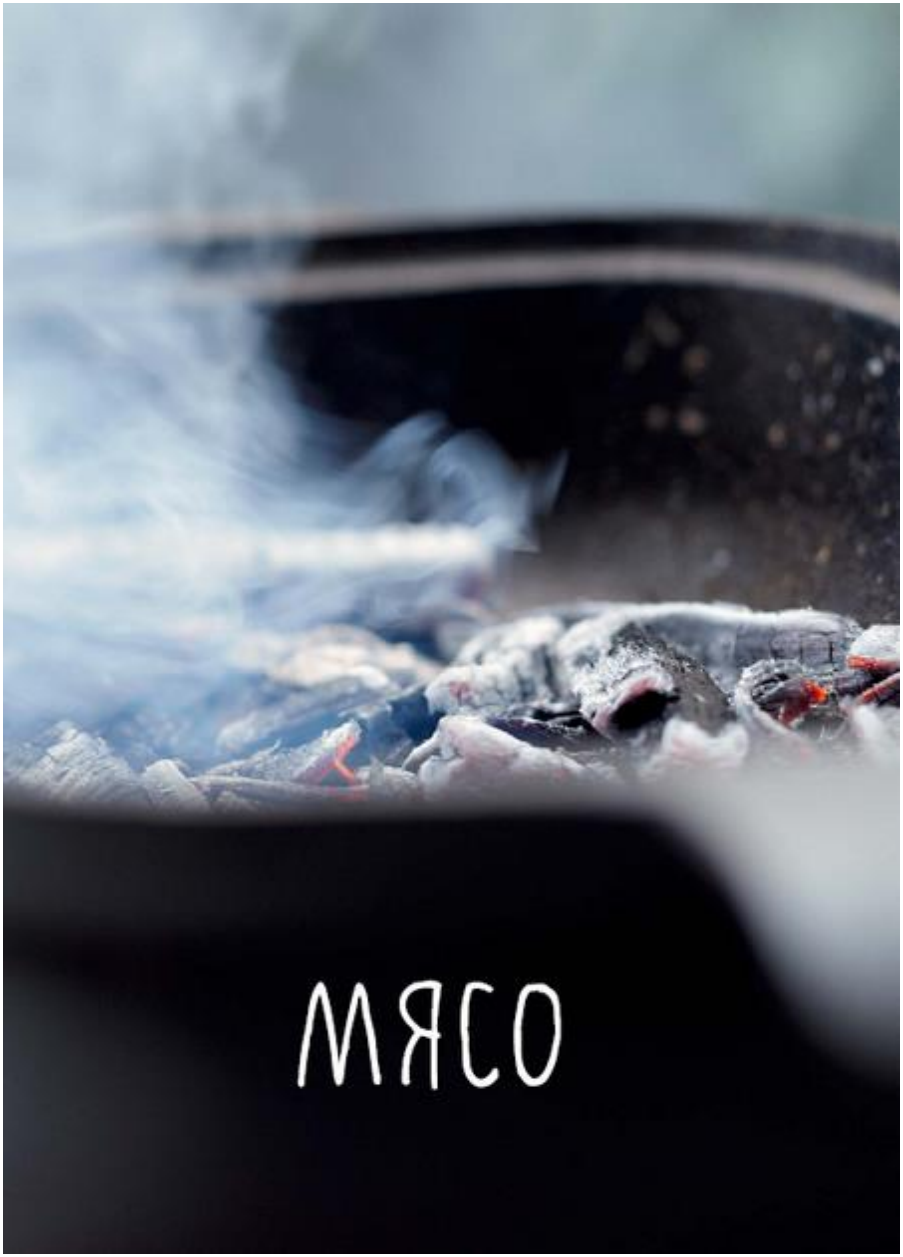
Очистите 2 грейпфрута. Разделите мякоть на четвертинки и сложите в кастрюлю. Натрите на терке 40 г свежего имбиря, добавьте в кастрюлю. Высыпьте туда же 60 г сахара. Варите все на среднем огне в течение 30 минут, время от времени помешивая. Готовый соус взбейте в блендере и остудите.

Соус песто

К белому мясу и рыбе

Оборвите листочки с 1 большого пучка базилика. Почистите и мелко нарежьте 3 зубчика чеснока. Сложите в блендер. Добавьте туда же 50 г обжаренных кедровых орешков, 3 ст. л. оливкового масла (50 мл) и 2 щепотки соли (предпочтительно флер-де-сель). Измельчите все ингредиенты в блендере в течение 2 минут; переложите в миску. Добавьте еще 50–80 мл оливкового масла и 40 г натертого сыра пармезан, хорошо перемешайте. Этот соус можно хранить в герметично закрытой банке в холодильнике.

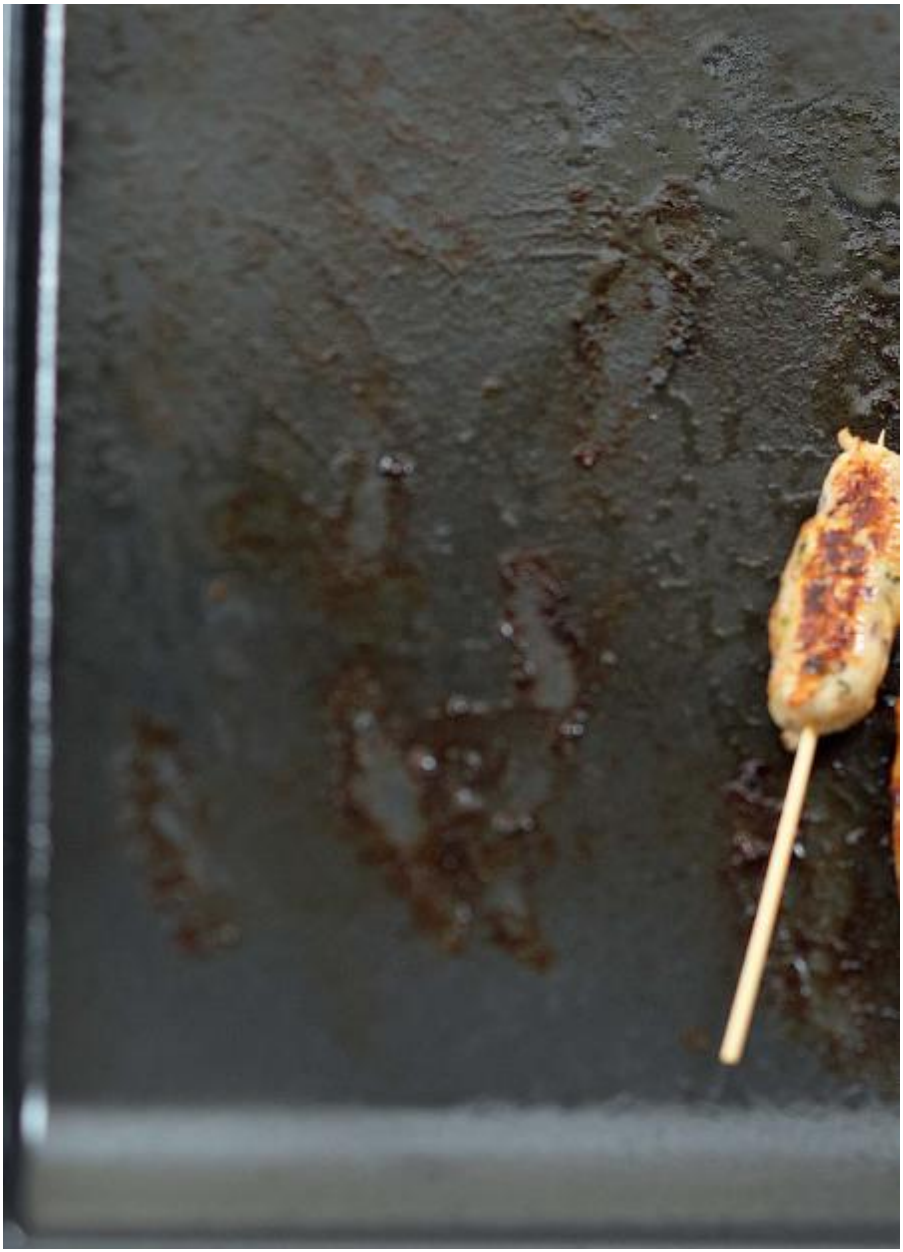
Мясо



Свиные ребрышки с имбирем

Подготовка: 30 минут + 4 часа на маринование
Приготовление: 30 минут
Ингредиенты
На 6 порций

1,5 кг свиных ребрышек
1 кг моркови
1 грейпфрут
3 веточки кинзы
30 г свежего корня имбиря
Сок 1 лайма
100 мл кленового сиропа
100 мл оливкового масла + еще немного для жарки
80 г сливочного масла
1 ст. л. сахара
Соль и свежемолотый черный перец



Приготовьте маринад. Очистите и натрите на терке имбирь. В миске смешайте оливковое масло с кленовым сиропом, сахаром, соком лайма, имбирем, солью и перцем.

Разрежьте ребрышки на 6 частей и поместите в неглубокую емкость. Залейте маринадом так, чтобы он полностью их покрыл. Накройте крышкой. Маринуйте в холодильнике не менее 4 часов.

Помойте грейпфрут и разрежьте пополам. Выжмите сок из обеих половинок. Снимите тонкий слой цедры с одной

половинки, нарежьте на мелкие кусочки.

Помойте и почистите морковь, нарежьте на кусочки. Положите в кастрюлю с цедрой грейпфрута, посолите и поперчите. Залейте холодной водой, доведите до кипения, а затем варите на среднем огне около 25 минут.

Откиньте на сито, морковь измельчите блендером, добавляя сок грейпфрута и нарезанное кусочками сливочное масло. Хорошо перемешайте. Держите в тепле (лучше на водяной бане).

Слегка смажьте поверхность планчи маслом; нагрейте до средней температуры. Выложите ребрышки, обжарьте по 10–15 минут с каждой стороны (сначала со стороны мяса). Во время приготовления слегка смазывайте маринадом, чтобы получилась румяная корочка. Посыпьте готовые ребрышки нарезанной кинзой и подавайте с морковным пюре в качестве гарнира.

Котлетки из курицы и креветок

Подготовка: 40 минут
Приготовление: 15 минут
Ингредиенты
На 6 порций

400 г куриных грудок
300 г сырых очищенных креветок
800 г свежей стручковой фасоли
1 красная луковица
2 головки лука-шалота
1 красный фперец чили
150–200 г свиной жировой сетки (спросите у мясника)
30 г свежего корня имбиря
3 ст. л. соевого соуса
3 ст. л. рисового уксуса
40 г сливочного масла
Немного масла для жарки
Соль и свежемолотый черный перец
Замочите жировую сетку в миске с холодной водой.

Помойте стручковую фасоль. Отварите в течение 15 минут в кипящей подсоленной воде. Ополосните под струей холодной воды, откиньте на дуршлаг.

Мелко нарежьте курятину. Очистите и измельчите лук. Почистите и натрите на терке имбирь. Мелко порежьте креветки.

В миске смешайте куриное мясо, креветки, имбирь, лук, рисовый уксус и соевый соус. Посолите и поперчите.

Отожмите жировую сетку. Разложите на рабочей поверхности и разрежьте на 12 кусочков.

Обминая фарш, сделайте 12 продолговатых котлеток и нанижите их на предварительно замоченные деревянные шпажки. Заверните каждую в кусочек жировой сетки.

Порежьте петрушку. Очистите и измельчите лук-шалот. Обжарьте на сковороде со сливочным маслом в течение 3 минут. Добавьте стручковую фасоль, готовьте все вместе еще 5 минут. Держите в тепле (или непосредственно перед подачей на стол разогрейте на планче).

Слегка смажьте поверхность планчи маслом, нагрейте до средней температуры. Выложите котлетки и обжарьте в течение примерно 15 минут, время от времени переворачивая. Подавайте со стручковой фасолью.

Пикатa из телятины с хамоном иберико

Подготовка: 20 минут
Приготовление: 12 минут
Ингредиенты
На 6 порций

6 эскалопов из телятины, по 150 г каждый (попросите вашего мясника нарезать мясо тонко)

6 тонких ломтиков хамона иберико

80 г сыра пармезан

12 листочков шалфея

150 мл бульона из телятины

Немного масла для жарки

Соль и свежемолотый черный перец

Нарежьте пармезан тонкими ломтиками, а листочки шалфея – крупно.

Разложите эскалопы на рабочей поверхности. Посолите и поперчите. На каждый эскалоп положите по 1 кусочку ветчины, сверху – сыр и нарезанный шалфей.

Сверните рулетики и проткните каждый 2 деревянными шпажками, чтобы не развернулись.

Вскипятите в кастрюле телячий бульон.

Слегка смажьте поверхность планчи при помощи пропитанного маслом бумажного полотенца. Нагрейте до средней температуры. Выложите пикаты и обжаривайте 10–12 минут, регулярно переворачивая. Уменьшите жар и вылейте на пикаты телячий бульон. Еще немного обжарьте их с бульоном, несколько раз перевернув.

Подавайте со спагетти или лингвине, сваренными аль денте.

Куриные шашлычки с соусом терияки

Подготовка: 30 минут + 6 часов на маринование
Приготовление: 10 минут
Ингредиенты
На 6 порций

6 куриных грудок
600 г горошка в стручках
30 г свежего корня имбиря
100 мл соевого соуса
3 ст. л. вина мирин или рисового уксуса (на полках с азиатскими товарами)
2 ст. л. кунжутного масла
Немного масла для жарки
25 г сахара
Соль и свежемолотый черный перец

Приготовьте соус терияки: очистите и натрите корень имбиря. В миске смешайте соевый соус с сахаром, кунжутным маслом, мирином (или уксусом), имбирем и перцем. Солить соус не нужно, так как соевый соус соленый.

Нарежьте на кусочки куриное мясо; наколите на деревянные шпажки.

Плотно уложите шашлычки в глубокое блюдо, залейте соусом терияки. Накройте крышкой и поставьте в холодильник мариноваться минимум на 6 часов.

Слегка смажьте поверхность планчи при помощи пропитанного маслом бумажного полотенца. Нагрейте до средней температуры. Выложите шашлычки и обжаривайте 4–5 минут, время от времени переворачивая и поливая соусом, чтобы они хорошо подрумянились. Готовые шашлычки держите в тепле.

Обжарьте на планче стручки горошка, поливая их соусом терияки и перемешивая лопаткой. Посолите, поперчите. Разложите по тарелкам.

Жареные утиные грудки с можжевельником

Подготовка: 30 минут + ночь в холодильнике
Приготовление: 20 минут
Ингредиенты

На 6 порций

3 крупные утиные грудки
9 помидоров сливок
1 пучок петрушки
2 зубчика чеснока
2 ст. л. панировочных сухарей
20 ягод можжевельника
200 мл крепкого куриного бульона
20 г сливочного масла
100 мл оливкового масла + еще немного для жарки
1 ст. л. флер-де-сель
Соль и свежемолотый черный перец

Накануне измельчите ножом 15 ягод можжевельника. Смешайте с флер-де-сель и 1 ч. л. свежемолотого черного перца. Часть жира срежьте, на остальном сделайте ножом насечки в виде решетки. Натрите грудки с обеих сторон смесью из ягод можжевельника, флер-де-сель и перца, положите в герметично закрывающуюся емкость и поставьте на ночь в холодильник.

На следующий день приготовьте заправку из петрушки. Помойте и мелко порежьте пучок петрушки. Очистите и измельчите зубчики чеснока. В миске смешайте петрушку, чеснок, панировочные сухари и оливковое масло. Посолите и поперчите.

Помойте помидоры и разрежьте вдоль пополам.

В сотейнике доведите до кипения куриный бульон с оставшимися измельченными ягодами можжевельника, варите 5 минут на сильном огне. Добавьте сливочное масло, затем взбейте венчиком. Держите соус в тепле.

Разогрейте планчу до средней температуры. Выложите на одну половину утиные грудки кожей вниз, а на другую – помидоры срезом вниз. Готовьте около 5 минут.

Переверните помидоры, на поджаренную сторону разложите заправку из петрушки и готовьте еще 6–8 минут. Переверните также и утиные грудки и обжаривайте еще 5–10 минут (в зависимости от того, какую степень прожарки предпочитаете).

Уберите помидоры в теплое место, а утиные грудки по отдельности заверните в алюминиевую фольгу и оставьте на 6–8 минут. Нарежьте утиные грудки ломтиками, разложите на тарелки вместе с помидорами и петрушкой, полейте соусом из можжевеловых ягод.

Копченые бараньи ребрышки с чабером

Подготовка: 20 минут + 4 часа в холодильнике
Приготовление: 25 минут
Ингредиенты
На 6 порций

12 ягнячьих отбивных на косточке
500 г кабачков
1 большой пучок чабера
60 г семян кунжута
100 мл оливкового масла + немного для жарки
Соль и свежемолотый черный перец

Оборвите листья с половины пучка чабера. Смешайте в миске с половиной оливкового масла, посолите и поперчите.

Разложите кусочки мяса на рабочей поверхности. Смажьте со всех сторон смесью из чабера, оливкового масла, соли и перца. Сложите в герметично закрывающуюся емкость и уберите на 4 часа в холодильник.

Помойте кабачки и нарежьте тонкими ленточками, используя овощечистку или удобный нож.

Подрумяньте полоски кабачков в духовке в режиме «гриль» по 6–8 минут с каждой стороны. Разложите на рабочей поверхности и сбрызните оливковым маслом. Посыпьте семенами кунжута, посолите и поперчите. Перемешайте, накройте алюминиевой фольгой, чтобы сохранить в тепле.

Поджарьте кусочки ягненка по 3–4 минуты с каждой стороны (для средней степени прожарки).

Снимите мясо с планчи, на его место выложите остатки чабера. При помощи зажигалки – обычной или специальной кухонной – подожгите чабер. Сверху выложите куски мяса и дайте им пропитаться дымным запахом в течение 6–8 минут. Сразу же подавайте с приготовленными ленточками кабачков.

Глазированный бекон с хересовым уксусом

Подготовка: 20 минут

Приготовление: 40 минут (для картофеля) + 20 минут (для бекона)

Ингредиенты

На 6 порций

12 ломтиков сырокопченого бекона толщиной 8–10 мм
12 картофелин среднего размера
250 г густой некислой сметаны
1 пучок кервеля
1 пучок петрушки
½ пучка зеленого лука
1 веточка розмарина
2 зубчика чеснока
Сок ½ лимона
100 мл хересового уксуса
Немного масла для жарки
40 г сахара
Соль и свежемолотый черный перец

Разогрейте духовку до 180 ºС.

Помойте картофель. Чистить его не нужно.

Приготовьте 12 квадратов из фольги. Положите в центр каждого квадрата несколько листочков розмарина, посолите и поперчите. Сверху положите картофель (на квадрат по 1 картофелине) и заверните в фольгу. Поставьте в духовку на 40–45 минут.

Помойте зелень и почистите чеснок. Измельчите и смешайте в миске со сметаной и соком лимона, посолите и поперчите. Готовый соус уберите в прохладное место.

Смешайте в миске хересовый уксус и сахар.

Слегка смажьте поверхность планчи при помощи пропитанного маслом бумажного полотенца. Нагрейте до средней температуры. Обжарьте ломтики бекона по 5–6 минут с каждой стороны, давая им хорошо подрумяниться. Затем, используя кулинарную кисть, смажьте их с обеих сторон хересовым уксусом с сахаром и продолжайте готовить еще 10–15 минут, время от времени смазывая смесью из уксуса с сахаром, пока бекон не станет блестящим, будто лакированным.

Снимите фольгу с верхней части картофеля и срежьте верхушки. Подавайте с глазированными ломтиками бекона и соусом из сметаны и зелени.

Кебаб из свинины и грибов муэр

Подготовка: 30 минут + 45 минут на замачивание
Приготовление: 20 минут
Ингредиенты
На 6 порций

600 г сосисочного фарша
2 моркови
2 цукини
1 пучок молодого лука (продается с перьями)
1 красная луковица
25 г сушеных грибов муэр (древесный гриб семейства аурикуляриевых)
1 ст. л. молотого имбиря
100 мл соуса терияки (или соевого соуса)
100 мл соевого соуса для деглазирования
Немного масла для жарки
Соль и свежемолотый черный перец

Замочите грибы в миске с холодной водой и оставьте на 45 минут. Слейте воду и мелко нарежьте.

Очистите и покрошите красную луковицу. В миске смешайте фарш с грибами, измельченным красным луком, молотым имбирем, соусом терияки, посолите и поперчите. Перемешайте все ингредиенты до гладкости и однородности.

Сделайте 24 продолговатые котлетки, нанижите их на деревянные шпажки среднего размера. Уберите в холодильник.

Помойте и почистите морковь. Нарежьте полосками, используя овощечистку. Помойте цукини (кожицу не срезайте) и также нарежьте тонкими ленточками. Почистите головки молодого лука и разрежьте надвое.

Слегка смажьте поверхность планчи при помощи пропитанного маслом бумажного полотенца. Нагрейте до средней температуры. Выложите на середину овощи и обжаривайте около 20 минут, время от времени переворачивая. В середине приготовления выложите на планчу кебаб и обжаривайте со всех сторон около 10 минут до ровной золотистой корочки.

Полейте соевым соусом кебаб и овощи, осторожно перемешайте, снимая загустевший сок с планчи. Подержите немного на огне, чтобы мясо и овощи пропитались соусом. Разложите по тарелкам.

Отбивные из барашка по-марокканski

Подготовка: 30 минут + 4 часа на маринование
Приготовление: 30 минут
Ингредиенты
На 6 порций

1 кг отбивных из ягненка (без кости)
750 г горошка в стручках
6 зубчиков чеснока
1 ст. л. семян кумина
1 ст. л. зерен кориандра
1 ст. л. приправы харисса
100 мл оливкового масла + еще немного для жарки
Соль и свежемолотый черный перец

Приготовьте маринад. Почистите и нарежьте 2 зубчика чеснока, раздавите семена кинзы. В миске смешайте оливковое масло с измельченным чесноком, кориандром, кумином и хариссой, посолите.

Разрежьте мясо на порционные куски и сложите в глубокую миску. Залейте маринадом, чтобы он покрыл мясо полностью. Плотно накройте миску крышкой и уберите в холодильник на 4 часа.

Отварите стручки горошка в течение 2 минут в кипящей подсоленной воде. Ополосните под холодной водой, откиньте на дуршлаг.

Почистите и нарежьте оставшиеся зубчики чеснока.

Слегка смажьте поверхность планчи при помощи пропитанного маслом бумажного полотенца. Нагрейте до средней температуры. Выложите на середину мясо и обжаривайте около 20–25 минут, время от времени переворачивая и поливая маринадом, чтобы получилась румяная корочка. Переложите на тарелку и накройте алюминиевой фольгой, чтобы сохранить в тепле.

Увеличьте нагрев планчи до максимума. Выложите на поверхность стручки гороха и чеснок. Посолите, поперчите. Готовьте 4–5 минут, постоянно помешивая, пока горошек и чеснок не впитают оставшийся на планче мясной сок. Подавайте в качестве гарнира.

Утка с апельсином на шпажках

Подготовка: 30 минут + 3 часа на маринование
Приготовление: 10 минут
Ингредиенты
На 6 порций

18 полосок утиной грудки
2 апельсина (лучше не обработанных воском)
800 г помидоров разного цвета (желтых, красных, зеленых, черных)
3 большие головки лука-шалота
10 листочков мяты
½ ч. л. молотого кумина
2 щепотки молотой корицы
3 ст. л. бальзамического уксуса
1 ст. л. хересового уксуса
30 г жидкого меда
150 мл оливкового масла
Соль и свежемолотый черный перец

Замочите деревянные шпажки для шашлычков на 10 минут в холодной воде.

Приготовьте маринад: натрите цедру с 1 апельсина и выжмите сок. Подогрейте мед. Смешайте в миске цедру, сок апельсина, 80 мл оливкового масла, мед и остальные специи. Посолите и поперчите.

Помойте апельсины, нарежьте кружками, затем каждый кружок разрежьте на 6 частей.

Нанижите на деревянные шпажки кусочки утиных грудок и апельсина, как пфоказано на фото. Убедитесь, что они хорошо держатся на шпажках. Уложите плотно в миску с маринадом. Накройте крышкой и уберите на 3 часа в холодильник.

Помойте помидоры и разрежьте на четвертинки. Очистите и нарежьте лук-шалот. Измельчите листья мяты.

В глубокой миске смешайте бальзамический и хересовый уксус, добавьте оставшееся оливковое масло, соль и перец. Положите в миску нарезанный лук-шалот и помидоры. Размешайте и поставьте на 30 минут в прохладное место.

Разведите огонь под барбекю. Выложите на решетку шашлычки из утиных грудок и апельсинов, обжаривайте 4–5 минут с каждой стороны. За 2 минуты до конца готовки полейте оставшимся маринадом.

Подавайте шашлычки с салатом из помидоров и свежим хлебом, который можно макать в соус винегрет.

Краподин из курицы с горчицей

Подготовка: 25 минут

Приготовление: 40 минут (для картофеля) + 1 час (для курицы)

Ингредиенты

На 6 порций

1 курица весом около 1,5 кг
1,2 кг картофеля
150 г острой горчицы
2 ст. л. каджунской смеси специй
3 ст. л. панировочных сухарей
150 мл оливкового масла
Соль и свежемолотый черный перец
Разогрейте духовку до 160 ºС.

Помойте картофель и разрежьте на четвертинки. Положите на жаропрочное блюдо. Посолите, поперчите, посыпьте смесью специй. Сбрызните оливковым маслом и хорошо перемешайте. Запекайте 30–40 минут, время от времени переворачивая.

Пока картофель готовится, смешайте в миске горчицу, панировочные сухари и оставшееся оливковое масло.

Разведите огонь под барбекю (при использовании классического барбекю не размещайте решетку слишком низко над углями).

Положите курицу на рабочую поверхность грудкой вниз. Большим острым ножом или кухонными ножницами вырежьте хребет. Разверните тушку и слегка придавите, чтобы придать ей плоскую форму краподина. Посолите и поперчите.

Поместите курицу на решетку барбекю и обжаривайте по 15 минут с каждой стороны. Используя кулинарную кисть, смажьте поверхность смесью оливкового масла, панировочных сухарей и горчицы и продолжайте обжаривать еще по 15 минут с каждой стороны, время от времени смазывая горчицей с панировочными сухарями и оливковым маслом.

Подавайте курицу, когда она прожарится до хрустящей корочки, разложив ее на тарелки с запеченным картофелем, приправленным каджунской смесью специй и листьями зеленого салата. Дети обожают это блюдо!

Онглеты с шалотом конфи

Подготовка: 40 минут
Приготовление: 25 минут
Ингредиенты
На 6 порций

6 онглетов (кусков говядины из мясистого края диафрагмы), по 200 г каждый

18 стеблей зеленой спаржи

18 ломтиков бекона

600 г лука-шалота

100 мл красного вина

80 г сливочного масла

Соль и свежемолотый черный перец

Почистите и нарежьте лук-шалот.

Растопите на сковороде сливочное масло, положите лук-шалот, посолите и поперчите. Готовьте лук на среднем огне 10 минут, постоянно помешивая. Влейте вино и продолжайте готовить еще 20 минут на слабом огне, постоянно помешивая, пока лук не станет мягким.

Тем временем почистите и помойте спаржу. Отварите в кастрюле с кипящей подсоленной водой в течение 5–6 минут. Откиньте на дуршлаг, ополосните холодной водой.

Оберните каждый стебель спаржи ломтиком бекона и хорошо закрепите, чтобы бекон не развернулся.

Разведите огонь под барбекю. Выложите на одну сторону решетки онглеты, а на другую – спаржу в беконе. Обжаривайте мясо по 4–8 минут с каждой стороны, а спаржу – по 4 минуты с каждой стороны. Посолите и поперчите онглеты в конце приготовления. Подавайте с шалотом конфи.

Баранина с кускусом под мятно-ореховым соусом

Подготовка: 20 минут + 1 ночь в холодильнике
Приготовление: 15 минут

Ингредиенты

На 6 порций

6 толстых кусочков баранины (задней ноги или седла), по 180 г каждый

350 г кускуса (среднего размера)

3 шт. кураги

3 шт. чернослива

3 шт. мягкого сушеного инжира

50 г фундука

50 г миндаля

30 листочков мяты

100 г сливочного масла

100 мл оливкового масла

Соль и свежемолотый черный перец

Накануне заверните в фольгу мясо с 20 листочками мяты и поставьте на ночь в холодильник.

На следующий день положите в миску кускус. Добавьте оливковое масло и мелко нарезанные сухофрукты, посолите и поперчите. Хорошо перемешайте. Залейте кипятком так, чтобы вода покрыла кускус и фрукты, и накройте миску полотенцем. Дайте кускусу набухнуть. Хорошо размешайте вилкой и уберите в теплое место, а еще лучше поставьте на водяную баню.

Крупно порубите фундук и миндаль. Измельчите оставшиеся листья мяты.

Растопите на сковороде сливочное масло. Когда оно станет немного золотистым, добавьте нарезанные орехи и измельченные листья мяты. Посолите и поперчите. Перемешайте и дайте хорошо пропитаться сливочным маслом.

Разведите огонь под барбекю. Посолите и поперчите ломтики баранины и обжаривайте на углях по 5–8 минут с каждой стороны (по вашему вкусу).

Разложите по тарелкам кускус с фруктами. Добавьте по одному ломтику баранины и полейте маслом с орехово-мятным соусом.

Шашлычки из свинины и ананаса

Подготовка: 30 минут + 1 ночь на маринование
Приготовление: 15 минут
Ингредиенты
На 6 порций

1 кг свиного филе-миньон
½ ананаса (лучше сорта «виктория»)
350 г риса басмати или длиннозерного риса
80 г миндальных хлопьев
20 коробочек кардамона
2 ст. л. мака
1 ст. л. порошка карри
1 ст. л. (полная) жидкого меда
150 мл оливкового масла
Соль и свежемолотый черный перец

Накануне приготовьте маринад. Возьмите 10 коробочек кардамона, удалите шелуху. Зернышки высыпьте на сковороду со 100 мл оливкового масла. Обжарьте. Снимите с огня, а затем добавьте мак, порошок карри, мед, соль и перец. Хорошо перемешайте и дайте остыть.

Очистите ананас и нарежьте кубиками. Мясо также нарежьте кусочками толщиной 2–3 см.

Наколите на шпажки кусочки свинины, чередуя с кусочками ананаса.

Плотно уложите шашлычки в глубокое блюдо. Залейте маринадом. Накройте крышкой и поставьте на ночь в холодильник.

На следующий день очистите от шелухи оставшиеся коробочки кардамона. Положите семена в кастрюлю с подсоленной водой и доведите до кипения. Всыпьте в кастрюлю рис и варите 10 минут. Промойте холодной водой, дайте стечь.

Обжарьте хлопья миндаля в сковороде с оставшимся оливковым маслом. Добавьте отваренный рис и прогрейте его в течение 4–5 минут на сильном огне, все время помешивая.

Разведите огонь под барбекю. Выложите на решетку шашлычки и обжарьте в течение 5–8 минут с каждой стороны, время от времени смазывая их маринадом при помощи кулинарной кисти. На стол подавайте с рисом и миндалем.

Жареная баранина с розмарином

Подготовка: 30 минут + 1 ночь на маринование

Приготовление: 45 минут (для перца) + 15 минут (для шашлычков)

Ингредиенты

На 6 порций

6 кусков баранины на косточке
6 бараньих почек (очищенных)
6 кусков баранины без кости (седло или задняя нога)
3 красных сладких перца
2 желтых сладких перца
2 оранжевых сладких перца
4 зубчика чеснока
2 головки лука-шалота
1 пучок кервеля
½ пучка шнитт-лука
2 веточки петрушки
6 больших веточек розмарина
100 г размягченного сливочного масла
100 мл оливкового масла
Соль и свежемолотый черный перец

Накануне разведите огонь под барбекю. Разложите перец на решетке и готовьте 45 минут, время от времени переворачивая, чтобы он равномерно обжарился со всех сторон и стал мягким. Заверните каждый перец в фольгу и дайте остыть. Аккуратно очистите от шкурки, удалите семена и перегородки. Быстро ополосните холодной водой, откиньте на дуршлаг.

Почистите и нарежьте чеснок. Смешайте в глубокой тарелке с перцем, нарезанным крупными кусочками. Посолите, поперчите, сбрызните оливковым маслом. Накройте тарелку крышкой или пищевой пленкой и поставьте на ночь в холодильник.

На другой день помойте и нарежьте кервель, зеленый лук и петрушку. Почистите и мелко нарежьте лук-шалот. В миске смешайте размягченное сливочное мало с зеленью и шалотом. Посолите, поперчите и уберите в прохладное место.

Проткните все куски баранины металлическими шпажками, затем наколите, чередуя разные куски, на веточки розмарина. Посолите и поперчите.

Разведите огонь под барбекю и обжарьте мясо в течение 8–15 минут (по вашему вкусу).

В конце готовки положите на каждый кусок баранины по кусочку сливочного масла с зеленью. Подавайте на стол с охлажденным салатом из разноцветного сладкого перца.

Телятина по-восточному

Подготовка: 20 минут + 4 часа на маринование
Приготовление: 15 минут
Ингредиенты
На 6 порций

6 ломтиков телятины, по 160–180 г каждый
300 г булгура (крупного)
1 луковица
60 г хлопьев миндаля
3 веточки кинзы
1 ч. л. молотого кумина
1 ч. л. приправы харисса
1 ч. л. куркумы
Сок 1 лимона
150 мл оливкового масла
Соль и свежемолотый черный перец

Приготовьте маринад. Нарежьте кинзу, в миске смешайте 100 мл оливкового масла, сок лимона, хариссу, кинзу, порошок кумина, посолите и поперчите.

Положите ломтики телятины в глубокую емкость и залейте маринадом. Накройте крышкой и поставьте в холодильник на 4 часа.

В кипящей подсоленной воде в течение 10 минут отварите булгур. Промойте холодной водой, откиньте на дуршлаг.

Очистите и нарежьте лук. Обжарьте на сковороде на небольшом огне в течение 5 минут с оставшимся оливковым маслом. Добавьте хлопья миндаля, булгур и куркуму. Посолите и поперчите. Помешивая, готовьте на сильном огне 5 минут. Держите в тепле.

Разведите огонь под барбекю. Выложите на решетку ломтики замаринованной телятины и обжаривайте по 6–8 минут с каждой стороны, время от времени смазывая маринадом при помощи кулинарной кисти.

Подавайте с булгуром и миндалем.

Говядина на ребрах с солью и тимьяном

Подготовка: 30 минут + 1 ночь в холодильнике
Приготовление: 20 минут
Ингредиенты
На 6 порций

2 куска говядины на ребрах
600 г картофеля
18 крупных шампиньонов
1 пучок свежего тимьяна
100 г сливочного масла
3 ст. л. подсолнечного масла
30 г флер-де-сель
Соль и свежемолотый черный перец

Накануне смешайте в миске веточки тимьяна с флер-де-сель и 1 ч. л. черного свежемолотого перца. Натрите оба куска говядины на косточке приготовленной смесью. Заверните по отдельности каждый кусок в пищевую пленку и поставьте на ночь в холодильник.

На следующий день помойте и почистите картофель. Натрите на крупной терке. Посолите и поперчите.

В антипригарной сковороде нагрейте подсолнечное масло с 20 г сливочного. Выложите ровным слоем натертый картофель, предварительно хорошо его отжав. Обжаривайте 8–10 минут на среднем огне. Осторожно переверните картофельную лепешку, опрокинув ее на тарелку, и обжарьте с другой стороны (еще 10 минут). Переложите на жаропрочное блюдо и поставьте в разогретую до 180 ºС духовку (примерно за 10 минут до конца приготовления говядины).

Почистите шампиньоны и удалите ножки. Смешайте размягченное сливочное масло с солью и перцем. Разведите огонь под барбекю. Выложите на решетку куски говядины на косточке и обжаривайте 10 минут. Положите на решетку шляпки шампиньонов, наполненные сливочным маслом с солью и перцем. Переверните куски говядины и продолжайте готовить еще 10 минут.

Запеките в духовке в течение 10 минут лепешку из картофеля. Говядину снимите с решетки: она должна быть слабой прожарки (bleu); если она слишком сырая, подержите ее на углях еще немного и заверните каждый кусок по отдельности в фольгу; оставьте на 5 минут. Разверните мясо, нарежьте на ломтики и сразу подавайте с запеченными шампиньонами и картофельной лепешкой.

Крепинеты из курицы с горгондзолой

Подготовка: 30 минут
Приготовление: 20 минут
Ингредиенты
На 6 порций

4 большие куриные грудки
150 г сыра горгондзола
400 г свиной жировой сетки (спросите у мясника)
6 ломтиков пармской ветчины (не очень тонких)
12 половинок артишоков в масле (каждую разрезать вдоль пополам)
2 головки лука-шалота
2 ст. л. хересового уксуса
3 ст. л. оливкового масла
Соль и свежемолотый черный перец

Замочите жировую сетку в холодной воде.

Мелко порубите курятину.

Почистите и измельчите лук-шалот.

Мелко нарежьте 2 ломтика ветчины. Остальные отложите.

Смешайте куриный фарш, измельченный лук-шалот, мелко нарезанную ветчину и нарезанную маленькими кубиками горгондзолу. Посолите и поперчите. Скатайте 12 шариков наподобие фрикаделек.

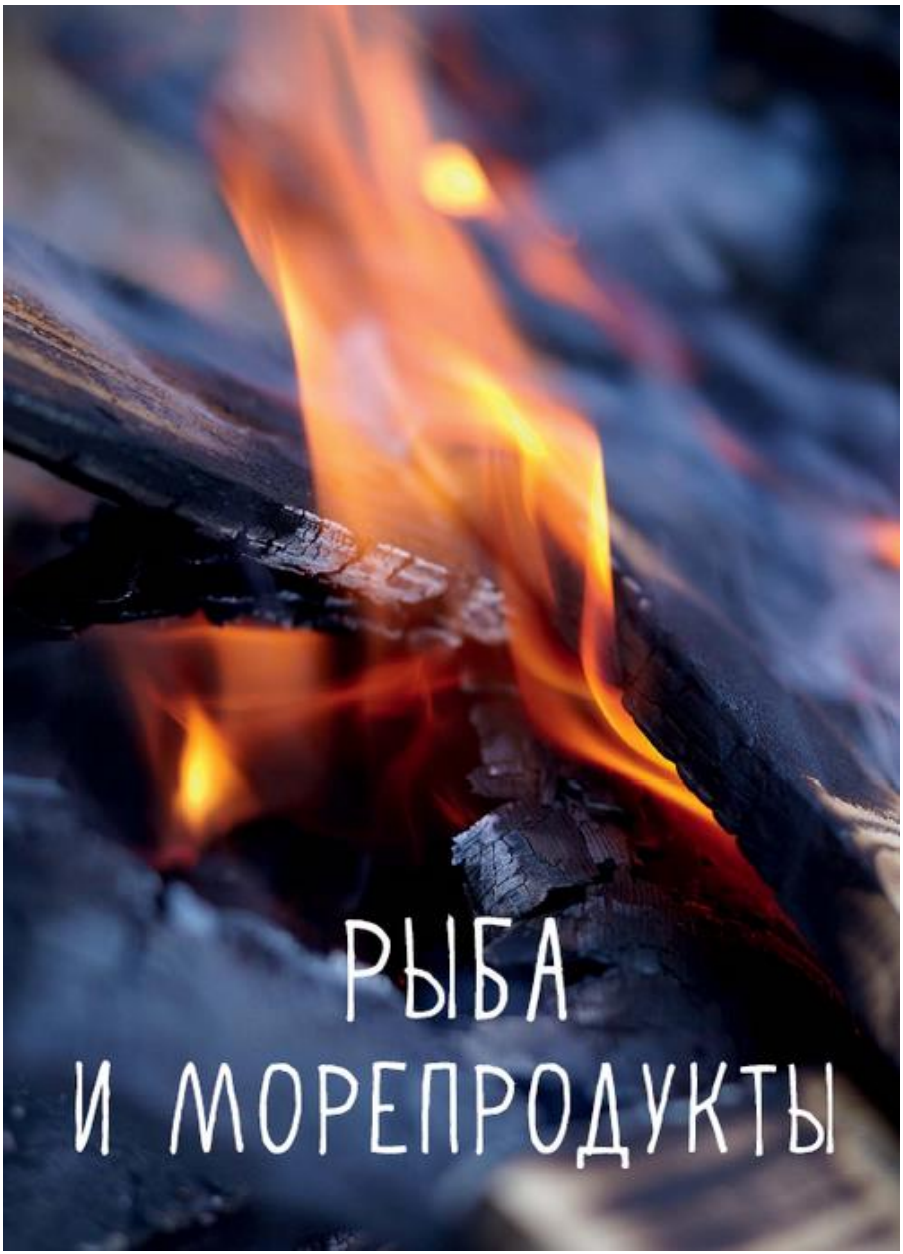
Разложите жировую сетку на рабочей поверхности и разрежьте на 12 квадратов. Заверните в них мясные шарики.

Слейте жидкость с артишоков. Разрежьте каждый оставшийся ломтик ветчины на три части.

Разведите огонь под барбекю. Накройте решетку фольгой, немного смазанной маслом. Выложите на фольгу крепинеты и готовьте 15 минут, хорошо обжаривая со всех сторон. Снимите с решетки барбекю фольгу с крепинетами и поставьте под гриль на 5–6 минут, выложив рядом четвертинки артишоков и кусочки ветчины.

На каждую тарелку положите по 2 крепинета, по 2 четвертинки артишоков и по 2 кусочка ветчины. Сбрызните хересовым уксусом и сразу подавайте на стол.

Рыба и морепродукты



Шашлычки из рыбы-меч с васаби

Подготовка: 30 минут + 2 часа на маринование

Приготовление: 20 минут (для кабачков) + 12 минут (для шашлычков)

Ингредиенты

На 6 порций
900 г филе рыбы-меч
6 маленьких круглых кабачков
60 г кунжута
2 зубчика чеснока
2 ст. л. васаби
3 ст. л. панировочных сухарей
80 мл лимонного сока
200 мл оливкового масла + немного для жарки
Соль и свежемолотый черный перец

Порежьте филе рыбы-меч крупными кубиками. Наколите на шпажки.

Приготовьте маринад. В миске смешайте васаби, лимонный сок и 150 мл оливкового масла, посолите и поперчите.

Плотно уложите шашлычки в глубокое блюдо, залейте маринадом. Накройте крышкой и поставьте на 2 часа в холодильник.

Помойте и разрежьте пополам кабачки. Бланшируйте 5 минут

в кастрюле с кипящей подсоленной водой. Ополосните под холодной водой, откиньте на дуршлаг.

Разогрейте духовку до 180 ºС. Очистите и нарежьте чеснок, смешайте в миске с панировочными сухарями, кунжутом и оставшимся оливковым маслом, посолите и поперчите.

Положите половинки кабачков на большое жаропрочное блюдо плотно друг к другу. Посыпьте чесночно-сухарной смесью. Запекайте в духовке 15–20 минут.

Слегка смажьте поверхность планчи при помощи пропитанного маслом бумажного полотенца. Нагрейте до средней температуры. Выложите замаринованные шашлычки и обжарьте в течение 5–6 минут с каждой стороны. Подавайте сразу с половинками запеченных кабачков, сбрызнув все оливковым маслом.

Барабулька с бобами и соусом песто

Подготовка: 30 минут
Приготовление: 15 минут
Ингредиенты
На 6 порций

6 очищенных от чешуи и выпотрошенных барабулек
750 г замороженных садовых бобов
4 зубчика чеснока
50 г кедровых орешков
1 пучок базилика
150 мл оливкового масла + немного для жарки
Соль и свежемолотый черный перец

Ополосните рыбу холодной водой и хорошо просушите бумажным полотенцем. Посолите и поперчите.

Приготовьте соус песто: оборвите листочки с пучка базилика, очистите и измельчите чеснок. В течение 2 минут измельчайте в блендере с кедровыми орешками, оливковым маслом, солью и перцем до образования однородной массы. Переложите в миску.

Отварите бобы в кипящей подсоленной воде в течение 5–7 минут. Ополосните холодной водой, откиньте на дуршлаг.

Слегка смажьте планчи при помощи пропитанного маслом бумажного полотенца. Нагрейте до средней температуры. Выложите барабульку на одну половину планчи и обжарьте по 5–7 минут с каждой стороны.

На другую половину планчи за 3 минуты до конца приготовления рыбы выложите бобы, смазав их соусом песто. Тщательно перемешайте лопаткой и дайте хорошо прогреться.

Разложите на каждую тарелку по одной барабульке и бобы с соусом песто на гарнир. Подавайте сразу.

Кальмары, фаршированные крамблом и рататуем

Подготовка: 40 минут
Приготовление: 12 минут

Ингредиенты

На 6 порций

6 крупных кальмаров
1 цукини
3 сладких перца (1 красный, 1 желтый, 1 зеленый)
1 красная луковица
¼ соленого лимона конфи
70 г натертого пармезана
12 листочков базилика
2 веточки свежего тимьяна
40 г муки
40 г размягченного сливочного масла
150 мл оливкового масла + еще немного для жарки
Соль и свежемолотый черный перец

Очистите кальмаров и промойте под струей холодной воды. Нарежьте щупальца на маленькие кусочки.

Нарежьте соленый лимон мелкими кубиками. Мелко нашинкуйте листья базилика. Смешайте в миске с половиной оливкового масла, поперчите.

Разогрейте духовку до 180 ºС.

Приготовьте крамбл (крошку из теста). Смешайте в миске размягченное сливочное масло, муку, натертый пармезан, чтобы получилось песочное тесто. Рассыпьте тесто по противню, застеленному пергаментной бумагой, и поставьте запекаться на 10–12 минут. Дайте крамблу остыть.

Кальмары, фаршированные крамблом и рататуем (продолжение)

Помойте сладкий перец и цукини и нарежьте мелкими кубиками. Очистите и измельчите лук.

В сковороде в течение 5 минут обжарьте лук с половиной оливкового масла. Положите нарезанные овощи, листья тимьяна, посолите и поперчите. Готовьте 10 минут на небольшом огне. Добавьте нарезанные щупальца кальмара и продолжайте готовить

еще 10 минут.

В миске смешайте приготовленный рататуй с щупальцами кальмара и крамбл. Нафаршируйте этой смесью тушки кальмаров, хорошо сколите края тушки зубочистками. Посолите и поперчите.

Слегка смажьте планчу при помощи пропитанного маслом бумажного полотенца. Нагрейте до средней температуры.

Обжаривайте фаршированные тушки кальмаров по 4 минуты с каждой стороны, время от времени переворачивая. При помощи

кисти нанесите на тушки смесь из лимона конфи и базилика и продолжайте готовить еще 2 минуты. Подавайте сразу, полив оставшимся маслом.

Можно приготовить это блюдо с обжаренным рисом басмати.

Шашлычки из лосося с перцем

Подготовка: 40 минут
Приготовление: 6 минут
Ингредиенты
На 6 порций

6 стейков из лосося (без кожи), по 150 г каждый

3 яичных желтка

½ пучка свежего эстрагона

180 г сливочного масла

3 ст. л. очень холодных жирных сливок

3 ст. л. оливкового масла + еще немного для жарки

Соль

1 ст. л. дробленого черного перца (лучше измельчить перец перед самой готовкой)

Растопите на водяной бане сливочное масло. Хорошо перемешайте, пока на поверхности не образуется пенка. Снимите пенку и оставьте лишь растопленное масло (на все это уйдет примерно 30 минут).

Разрежьте стейки лосося пополам. Наколите каждую половинку на шпажку. Хорошо поперчите, посолите и сбрызните оливковым маслом. Уберите в холодильник.

Взбейте сливки. Нарежьте листья эстрагона.

Смешайте яичные желтки в сотейнике с 2 ст. л. воды. Поставьте на очень слабый огонь и взбивайте до загустения. Снимите с огня и взбивайте еще одну минуту. Не переставая взбивать соус, осторожно добавьте сливочное масло, а затем взбитые сливки с эстрагоном. Оставьте соус при комнатной температуре.

Слегка смажьте планчу при помощи пропитанного маслом бумажного полотенца. Нагрейте до средней температуры. Выложите куски лосося на шпажках и готовьте по 2–3 минуты с каждой стороны.

Подавайте сразу с соусом из эстрагона и салатной смесью месклан.

Каракатицы с соусом айоли

Подготовка: 30 минут
Приготовление: 15 минут
Ингредиенты
На 6 порций

1,2 кг свежих каракатиц или 1,5 кг замороженных
3 цукини
3 моркови
6 средних картофелин
1 яичный желток
4 зубчика чеснока
3 веточки свежего тимьяна
1 ст. л. с горкой острой горчицы
150 мл оливкового масла + еще немного для жарки
3 ст. л. подсолнечного масла
Соль и свежемолотый черный перец

Разморозьте каракатиц, если используете замороженные. Выложите в миску. Добавьте 3 ст. л. оливкового масла, тимьян, посолите и поперчите. Перемешайте и поставьте в холодильник.

Помойте овощи. Почистите картофель и морковь. Отварите картофель в течение 20 минут в кипящей подсоленной воде.

Тем временем нарежьте цукини и морковь ломтиками и отварите в кипящей подсоленной воде в течение 10–12 минут. Ополосните холодной водой и откиньте на дуршлаг.

Почистите зубчики чеснока, удалите горькие сердцевины. Разотрите пестиком в глубокой миске. Смешайте с яичным желтком и горчицей. Хорошо взбейте смесь венчиком, а затем, не прекращая взбивать, понемногу влейте оставшееся оливковое масло и все подсолнечное. Готовый соус айоли уберите в прохладное место.

Слегка смажьте планчу при помощи пропитанного маслом бумажного полотенца. Нагрейте до средней температуры. Выложите замаринованных каракатиц и готовьте 10–15 минут, 2–3 раза их перевернув.

Тем временем опустите овощи на 2 минуты в кипящую воду, чтобы разогреть; откиньте на дуршлаг.

Подавайте каракатиц с овощами, соусом айоли и поджаренными на оливковом масле гренками.

Жареные креветки в пармской ветчине

Подготовка: 30 минут + 1 час в морозильнике
Приготовление: 6 минут
Ингредиенты
На 6 порций

30 сырых креветок
6 тонких ломтиков пармской ветчины
400 г свежего лущеного горошка
4 небольшие молодые луковицы
½ кубика овощного бульона
1 ст. л. (полная) жирных сливок
3 ст. л. оливкового масла + еще немного для жарки
Соль и свежемолотый черный перец

Приготовьте суп велюте. Почистите и нарежьте лук. Обжарьте в течение 3 минут в сковороде с оливковым маслом. Добавьте горошек, половину бульонного кубика. Посолите и поперчите. Влейте холодную воду (на 2 см над горошком) и доведите до кипения. Готовьте 18 минут на среднем огне. Добавьте сливки и продолжайте варить еще 2 минуты.

Используя блендер, смешайте все ингредиенты до нежной однородной консистенции. При необходимости добавьте немного воды, чтобы велюте был не слишком густым. Посолите и поперчите, если это необходимо. Остудите и уберите в морозильник на 1 час.

Очистите креветки, оставив голову и хвост.

Разрежьте каждый кусок ветчины в длину на 5 полосок. Оберните одной полоской каждую креветку. Аккуратно нанижите креветки на деревянные шпажки.

Слегка смажьте планчу при помощи пропитанного маслом бумажного полотенца. Нагрейте до средней температуры. Выложите креветки и обжаривайте по 3 минуты с каждой стороны. Посолите и поперчите.

Подавайте креветки с отдельно сервированным холодным велюте из горошка.

Хрустящие шашлычки из мидий

Подготовка: 40 минут
Приготовление: 6 минут
Ингредиенты
На 6 порций

2,5 кг испанских мидий
600 г картофеля
2 головки лука-шалота
2 яйца
100 г панировочных сухарей
100 мл белого вина
Немного оливкового масла для жарки
Масло для фритюра
Соль

Для антильского острого соуса

4 молодые луковицы с перышками
2 головки лука-шалота
2 зубчика чеснока
1 маленький красный острый перец (чили)
3 ст. л. винного уксуса
100 мл арахисового масла
Соль, свежемолотый черный перец

Почистите картофель и при помощи ножа-мандолины нарежьте тонкими вафельными пластинами или как для чипсов. Ополосните под холодной водой, чтобы смыть крахмал, и положите в миску с холодной водой.

Почистите и промойте раковины с мидиями. Почистите и мелко нарежьте лук-шалот. Налейте в кастрюлю белое вино, положите лук-шалот и доведите до кипения. Добавьте мидии и готовьте, хорошо перемешивая, около 5 минут на сильном огне, пока раковины не раскроются. Закрытые выбросьте. Снимите с огня и дайте остыть.

Приготовьте острый соус. Очистите шалот, чеснок, молодой лук, оставляя стебли. Из перца удалите семена. Все мелко нарежьте. Смешайте в глубокой миске и добавьте 3 ст. л. горячей воды и винный уксус, посолите и поперчите. Влейте арахисовое масло; энергично перемешайте венчиком.

Откиньте мидии на дуршлаг, удалите раковины. Взбейте в глубокой тарелке яйца. В другую тарелку насыпьте панировочные сухари. Окуните мидии сначала в яичную болтушку, затем обваляйте в сухарях. Наколите на деревянные шпажки и уберите в холодильник.

Выньте картофель из воды и хорошо обсушите салфеткой. Обжарьте в глубокой сковороде (или фритюрнице) в большом количестве масла в течение 4–5 минут. Выложите на бумажные полотенца, чтобы впитался лишний жир. Посолите и держите в тепле.

Слегка смажьте поверхность планчи оливковым маслом, нагрейте до средней температуры. Разложите шашлычки

из мидий и обжарьте в течение 3–4 минут с каждой стороны. Подавайте с хрустящими вафлями (чипсами) из картофеля и острым соусом.

Жареный морской черт с зеленым соусом карри

Подготовка: 30 минут
Приготовление: 10 минут
Ингредиенты

На 6 порций

1,2 кг филе морского черта
12 ломтиков бекона
400 г тайского риса басмати
60 г арахиса
1 красная луковица
1 пучок свежей кинзы
2 ст. л. зеленой пасты карри
1 ст. л. острого карри
300 мл кокосового молока
100 мл оливкового масла + еще немного для жарки
Соль и свежемолотый черный перец

Приготовьте зеленый соус карри. Крупно нарежьте арахис. Измельчите кинзу. Почистите и нарежьте лук. Обжарьте в сковороде с половиной оливкового масла в течение 5 минут. Добавьте арахис и зеленую пасту карри. Готовьте, помешивая, на среднем огне 2 минуты, затем влейте кокосовое молоко и 100 мл воды. Готовьте соус 10 минут на среднем огне. Добавьте нарезанную кинзу и перемешайте. Держите соус в тепле, лучше на водяной бане.

Нарежьте филе морского черта на 12 небольших кусочков. Посолите и поперчите. Оберните каждый кусочек 1 ломтиком бекона.

Отварите рис в течение 10 минут в кипящей подсоленной воде. Промойте холодной водой и дайте хорошо стечь.

Смажьте оставшимся оливковым маслом большую сковороду, выложите рис и добавьте острый порошок карри. Посолите, поперчите и готовьте на сильном огне в течение 5–6 минут.

Слегка смажьте поверхность планчи оливковым маслом, нагрейте до средней температуры. Разложите маленькие кусочки филе морского черта и обжаривайте 8–10 минут со всех сторон.

Подавайте кусочки морского черта с приготовленным рисом, полив их зеленым соусом карри.

Шашлычки с кальмарами по-тайски

Подготовка: 30 минут + 4 часа на маринование

Приготовление: 10 минут (для овощей) + 10 минут (для шашлычков)

Ингредиенты

На 6 порций

1,5 кг небольших свежих кальмаров
1 большой баклажан
2 цукини
200 г помидоров черри
1 сладкий красный перец
3 зубчика чеснока
½ пучка тайского или классического базилика
30 г свежего корня имбиря
2 ст. л. соевого соуса (30 мл)
200 мл оливкового масла + еще немного для жарки
Соль, свежемолотый черный перец

Почистите и промойте кальмаров в холодной воде, откиньте на дуршлаг.

Приготовьте маринад. Почистите и нарежьте зубчики чеснока. Очистите и натрите корень имбиря. Нарежьте перец и листья базилика. Смешайте в миске оливковое масло с имбирем, перцем, листьями базилика и соевым соусом; посолите и поперчите.

Нанижите на деревянные шпажки кусочки кальмаров. Плотно уложите шашлычки в глубокое блюдо и залейте ¾ маринада. Накройте крышкой и поставьте в холодильник минимум на 4 часа.

Помойте овощи. Порежьте цукини и баклажан тонкими ломтиками.

Слегка смажьте планчу при помощи пропитанного маслом бумажного полотенца. Нагрейте до средней температуры. Обжарьте в течение 10 минут со всех сторон ломтики овощей и помидоры черри. Выложите на тарелку и полейте оставшимся маринадом. Посолите и поперчите.

Разложите на планче шпажки с кальмарами и обжарьте по 4–5 минут с каждой стороны. Полейте маринадом и продолжайте готовить еще 2 минуты. Подавайте сразу с овощами гриль.

Жареные лангустины в грейпфрутовом маринаде

Подготовка: 30 минут + 2 часа на маринование
Приготовление: 5 минут
Ингредиенты

На 6 порций

18 больших лангустинов
1 грейпфрут
40 г семян кунжута
½ ч. л. порошка ванили
3 ст. л. жидкого меда
Немного масла для жарки
Соль, свежемолотый черный перец

Приготовьте маринад. Выжмите в сотейник сок грейпфрута. Добавьте мед, ваниль, по щепотке соли и перца. Перемешайте, доведите до кипения и варите около 1 минуты. Снимите с огня и всыпьте кунжут. Дайте остыть.

Аккуратно очистите лангустинов, оставляя хвост. Немного надрежьте тушки, чтобы вынуть черную кишечную вену. Нанижите каждого лангустина на маленькую деревянную шпажку.

Положите лангустинов в глубокое блюдо и залейте маринадом. Накройте крышкой и поставьте на 2 часа в холодильник.

Слегка смажьте поверхность планчи маслом; нагрейте до средней температуры. Выложите лангустинов на шпажках и обжарьте по 2 минуты с каждой стороны. Полейте маринадом и продолжайте готовить еще около 20 секунд.

Подавайте жареных лангустинов сразу. На гарнир подойдет руккола.

Жареная скумбрия в беконе

Подготовка: 30 минут
Приготовление: 20 минут
Ингредиенты
На 6 порций

6 скумбрий
24 тонких ломтика копченого бекона
800 г картофеля (лучше сорта «ратт»)
4 большие веточки розмарина
400 мл сливок
20 г сливочного масла
Соль, свежемолотый черный перец

Помойте картофель и отварите в течение 20 минут в кипящей подсоленной воде.

Тем временем почистите скумбрию. Промойте холодной водой и хорошо обсушите бумажным полотенцем. Посолите и поперчите внутри и снаружи.

В сотейнике вскипятите сливки и уварите на небольшом огне в течение 6–8 минут. Добавьте кусочки сливочного масла, 1 ст. л. свежемолотого черного перца и щепотку соли. Готовьте еще примерно 1 минуту. Взбейте соус блендером и держите в тепле.

Оберните каждую скумбрию 4 ломтиками бекона.

Слейте воду из картофеля.

Разведите огонь под барбекю. Разложите на решетке скумбрию в беконе и картофель. Посыпьте измельченными веточками розмарина, чтобы картофель и скумбрия напитались их ароматом. Обжаривайте скумбрию на решетке по 10 минут с каждой стороны.

Подавайте сразу, разложив по тарелкам скумбрию и картофель и полив все сливочно-перечным соусом.

Дорадо по-индийски

Подготовка: 30 минут
Приготовление: 20 минут
Ингредиенты
На 6 порций

6 дорадо, по 300 г каждая (или 3 по 600–700 г), очищенных от чешуи и выпотрошенных

3 баклажана

1 красная луковица

½ пучка кинзы

1 ч. л. молотого имбиря

1 ст. л. мадрасского карри

200 мл оливкового масла

Соль, свежемолотый черный перец

Ополосните подготовленную рыбу холодной водой и хорошо обсушите бумажным полотенцем.

Помойте и нарежьте кинзу. Смешайте ее в миске с половиной оливкового масла, молотым имбирем, половиной порошка карри. Посолите и поперчите. Используя кулинарную кисть, смажьте маринадом рыбу снаружи.

Помойте баклажаны и нарежьте кубиками. Почистите и измельчите лук. В глубокой сковороде на среднем огне в течение 3 минут обжарьте лук с оставшимся оливковым маслом. Добавьте баклажаны, остатки порошка карри, соль и перец. Готовьте 20 минут на среднем огне, регулярно помешивая.

Тем временем разведите огонь под барбекю. Выложите рыбу на решетку и обжаривайте 10 минут. Переверните и готовьте еще 10 минут. Жареную сторону рыбин смажьте маринадом из зелени, оливкового масла и перца (будьте осторожны, не берите слишком много маринада сразу, чтобы он не попал на огонь и не поднялось большое пламя).

Выложите рыбу на тарелки с обжаренными баклажанами и сразу же подавайте на стол.

Моллюски с шафраном, запеченные в фольге

Подготовка: 15 минут
Приготовление: 10 минут
Ингредиенты

На 6 порций
600 г сердцевидок
600 г мидий
600 г морских петушков (вонголе)
3 головки лука-шалота
3 веточки кинзы
6 щепоток шафрана
200 мл белого вина
100 мл оливкового масла
Соль, свежемолотый черный перец

Тщательно вымойте в нескольких водах раковины моллюсков, чтобы полностью удалить песок.

Почистите и нарежьте лук-шалот. Крупно нарежьте кинзу.

Разложите на рабочей поверхности 6 больших листов фольги. Выложите в центр каждого листа морепродукты. Посыпьте нарезанным луком и кинзой. Полейте белым вином и оливковым маслом. Посыпьте каждую порцию щепоткой шафрана, посолите и поперчите. Осторожно, стараясь не порвать, закройте фольгу, чтобы получились свертки.

Разведите огонь под барбекю. Выложите свертки с моллюсками на решетку и готовьте в течение 10 минут. Подавайте сразу.

В фольге это блюдо получается оригинальным и нежным. Попробуйте его приготовить с соусом, который оценят даже самые взыскательные гурманы: 250 мл сливок вскипятите с 2 щепотками шафрана, солью и перцем. Снимите с огня и добавьте 30 г сливочного масла.

Жареные омары с имбирем

Подготовка: 30 минут
Приготовление: 15 минут
Ингредиенты
На 6 порций

3 живых омара, по 600–700 г каждый
4 цукини
1 красная луковица
40 г корня свежего имбиря
30 г мака
2 ст. л. красной пасты карри
250 мл кокосового молока
120 г слабосоленого размягченного сливочного масла
100 мл оливкового масла
Соль, свежемолотый черный перец

Очистите и нарежьте лук. Помойте цукини и нарежьте кубиками.

В течение 5 минут на небольшом огне обжарьте лук в сковороде с оливковым маслом. Добавьте цукини, посолите, поперчите и готовьте на небольшом огне еще 5 минут.

Добавьте пасту карри и хорошо перемешайте с цукини. Влейте кокосовое молоко и один большой стакан воды. Продолжайте готовить 15 минут на среднем огне. Посыпьте семенами мака и держите в тепле.

Почистите и натрите корень имбиря. Смешайте в миске со сливочным маслом и поперчите.

Жареные омары с имбирем (продолжение)

Разрежьте головы омаров пополам. С помощью щипцов отделите клешни, удалите кишки.

Разведите огонь под барбекю. Посолите и поперчите омаров. Готовьте на решетке около 6–8 минут. Переверните и положите на обжаренную сторону небольшое количество масла с имбирем. Продолжайте готовить еще 6–8 минут: масло должно растаять и пропитать мясо омаров (если клешни очень крупные, снимите с них панцирь и продолжайте готовить не более 5 минут).

Подавайте сразу с цукини, перемешанными с соусом карри. Если у вас осталось масло с имбирем, растопите его и смажьте им куски омаров.

Можно заменить красное карри зеленым, а в качестве гарнира приготовить рис басмати.

Сардины с зеленым маслом

Подготовка: 15 минут + 2 часа в холодильнике
Приготовление: 8–10 минут
Ингредиенты
На 6 порций

1,2 кг некрупных сардин
1 большая головка лука-шалота
1 маленький пучок кервеля
½ пучка зеленого лука
3 веточки эстрагона
2 веточки петрушки
Цедра и сок 1 лимона
Несколько четвертинок лимона для украшения блюда
1 ст. л. пастиса (анисовой водки)
200 г сливочного масла
Соль, свежемолотый черный перец

Почистите сардины, промойте холодной водой, дайте обсохнуть.

Помойте и измельчите всю зелень. Почистите и тонко нарежьте лук-шалот. Нарежьте большими кусочками сливочное масло и положите в блендер. Добавьте туда же лук-шалот, нарезанную зелень, цедру и сок лимона, пастис, соль и перец. Взбейте все вместе в течение 2 минут.

Положите на рабочую поверхность большой кусок пищевой пленки и выложите масло с зеленью. Сверните аккуратную колбаску, завяжите с обоих концов и положите на 2 часа в холодильник, чтобы застыло.

Разведите огонь под барбекю. Посолите и поперчите сардины. Выложите на решетку и обжарьте с каждой стороны по 4–5 минут.

Разложите сардины по тарелкам. Нарежьте на кусочки застывшее зеленое масло и выложите на сардины, пока они теплые. Подавайте сразу, украсив четвертинками лимона.

Тунец с фенхелем в томатном масле

Подготовка: 30 минут
Приготовление: 20 минут
Ингредиенты
На 6 порций

6 толстых ломтиков тунца, по 250 г каждый
600–700 г фенхеля
8 четвертинок вяленых томатов
10 листочков базилика
2 зубчика чеснока
150 мл оливкового масла
Соль, свежемолотый черный перец

Приготовьте томатное масло. Почистите и нарежьте чеснок. Крупно нарежьте четвертинки вяленых томатов. Измельчите в течение 3 минут в блендере, добавив листья базилика, оливковое масло, соль и перец. Перелейте готовое масло в бутылку.

Очистите фенхель и нарежьте тонкой соломкой. Посолите и поперчите ломтики тунца.

Разведите огонь под барбекю. Положите на решетку лист фольги и выложите на него фенхель и ломтики тунца. Обжаривайте фенхель, время от времени перемешивая, в течение 20 минут, а ломтики тунца – по 10 минут с каждой стороны.

Разложите по тарелкам куски рыбы и обжаренный фенхель. Полейте томатным маслом и сразу подавайте на стол.

Сардины, фаршированные кускусом и овощами

Подготовка: 30 минут
Приготовление: 10 минут

Ингредиенты

На 6 порций

12 крупных выпотрошенных сардин

80 г кускуса

1 красный сладкий перец

1 зеленый сладкий перец

2 небольшие молодые луковицы (зеленые перышки срезать)

1 ст. л. приправы харисса

150 мл оливкового масла

Соль, свежемолотый черный перец

Обмойте сардины под холодной водой и дайте обсохнуть.

Снимите с перца кожуру, очистите от семян и перегородок. Нарежьте маленькими кубиками.

Высыпьте кускус в миску и добавьте половину оливкового масла, посолите и поперчите. Вскипятите 200 мл воды, залейте кускус: вода должна полностью его покрыть. Накройте миску полотенцем и оставьте на 10 минут, чтобы кускус набух.

Тем временем очистите и нарежьте лук. Обжарьте на сковороде в течение 3 минут с 2 ст. л. оливкового масла. Добавьте нарезанный кубиками перец, посолите и поперчите. Продолжайте готовить на среднем огне около 15 минут, регулярно помешивая.

Размешайте вилкой набухший кускус. Добавьте обжаренный перец с луком и хорошо перемешайте рукой.

Аккуратно наполните сардины фаршем из кускуса и перца с луком.

Смешайте оставшееся оливковое масло с хариссой, посолите и поперчите.

Разведите огонь под барбекю. Обжарьте сардины на решетке по 4–6 минут с каждой стороны. Подавайте сразу с оливковым маслом, приправленным хариссой.

Сибас в маринаде из кинзы

Подготовка: 20 минут + 2 часа на маринование
Приготовление: 20–30 минут
Ингредиенты
На 6 порций

2 сибаса, по 800 г каждый, очищенные от чешуи и выпотрошенные

400 г мелкого листового салата (например, смеси месклан)

2 зубчика чеснока

80 г кедровых орешков

1 пучок свежей кинзы

1 пучок зеленого лука

½ пучка кервеля

Сок 3 лимонов

150 мл оливкового масла

Соль, свежемолотый черный перец

Приготовьте маринад. Помойте и нарежьте кинзу. Смешайте в миске с ⅔ лимонного сока и половиной оливкового масла; посолите и поперчите.

Промойте рыбу под холодной водой и обсушите бумажным полотенцем. Положите в глубокое блюдо, залейте маринадом. Закройте плотно крышкой и поставьте в холодильник. Подержав рыбу в маринаде 1 час, переверните ее, чтобы она замариновалась с другой стороны.

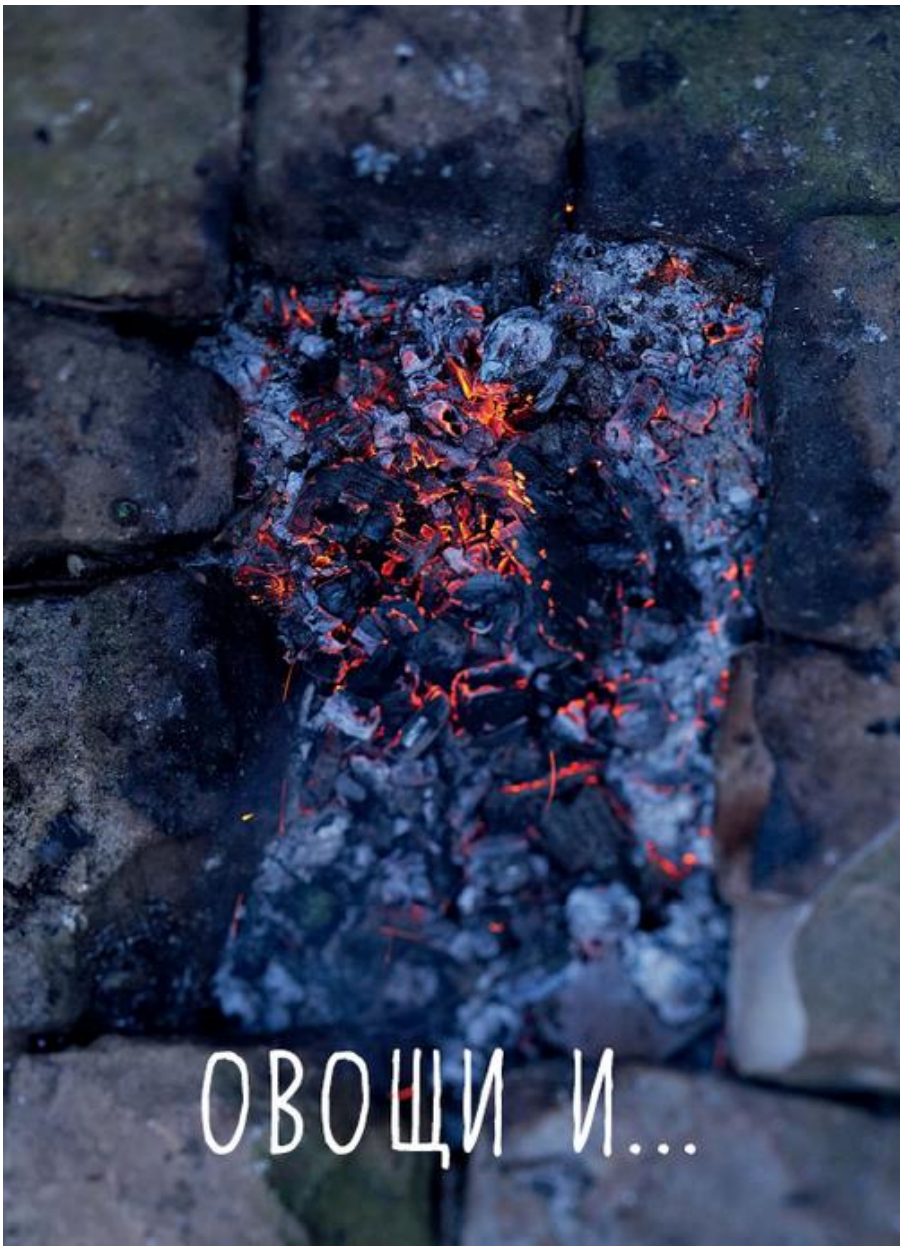
Тем временем почистите и нарежьте чеснок. Смешайте в миске с оставшимся оливковым маслом и соком лимона, посолите и поперчите.

На сковороде с антипригарным покрытием в течение 2 минут слегка обжарьте на небольшом огне кедровые орешки. Помойте зелень и листья салата. Крупно порежьте зеленый лук и оборвите листочки у кервеля. Смешайте все в миске, добавьте орешки и оливковое масло с соком лимона.

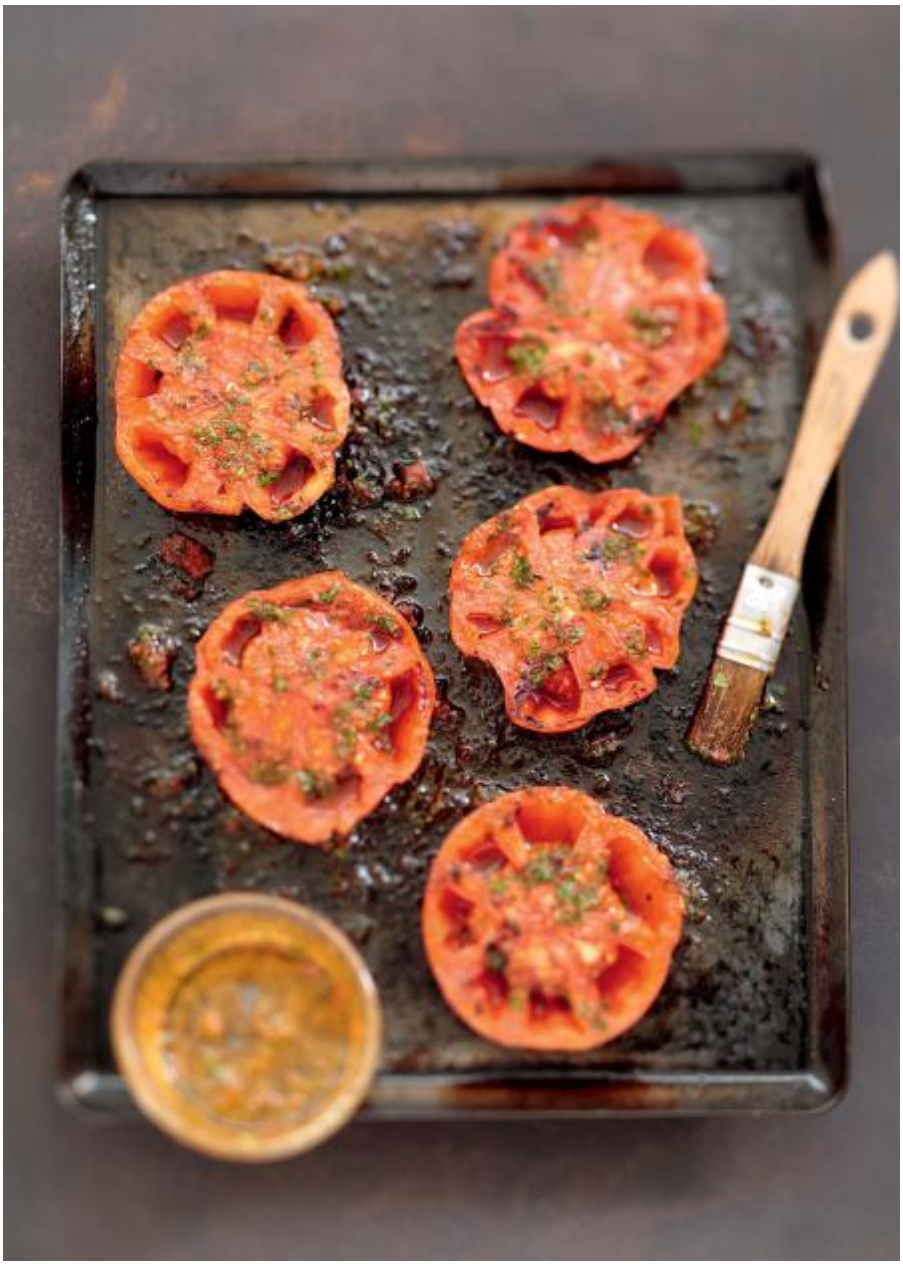
Разведите огонь под барбекю. Выложите рыбу на решетку и обжаривайте на углях по 10–15 минут с каждой стороны, время от времени смазывая маринадом при помощи кулинарной кисти.

Подавайте жареного сибаса с мелкими салатными листьями вроде смеси месклан.

Овощи и…



Помидоры с оливковым маслом и зеленью



Подготовка: 15 минут
Приготовление: 10–12 минут
Ингредиенты
На 6 порций

6 крупных помидоров сорта «бычье сердце»
4 четвертинки вяленых помидоров
2 зубчика чеснока
6 листочков базилика
2 веточки кервеля
2 веточки петрушки
100 мл оливкового масла + еще немного для жарки
Соль, свежемолотый черный перец

Очистите и измельчите чеснок. Крупно нарежьте четвертинки вяленых помидоров. Помойте и порежьте зелень.

Налейте в чашу блендера оливковое масло. Добавьте зелень, кусочки вяленых помидоров и чеснок, посолите и поперчите. Измельчите все вместе в течение 30 секунд (можно в мини-комбайне).

Помойте помидоры и разрежьте поперек пополам.

Слегка смажьте поверхность планчи маслом, нагрейте до средней температуры.

Обжарьте половинки помидоров, выложив их сначала срезом вниз (5–6 минут), затем аккуратно переверните и, используя кулинарную кисть, смажьте оливковым маслом с вялеными помидорами и чесноком и продолжайте готовить еще 5–6 минут. Сразу же подавайте.

Помидоры черри с бальзамическим уксусом

Подготовка: 10 минут
Приготовление: 6–8 минут

Ингредиенты

На 6 порций

6 веток помидоров черри

300 мл бальзамического уксуса

Немного масла для жарки

15 г сахара

Соль, свежемолотый черный перец

Налейте в сотейник бальзамический уксус и добавьте сахар. Доведите до кипения и уваривайте в течение 10 минут на среднем огне до консистенции густого сиропа.

Помойте помидоры на ветках.

Слегка смажьте поверхность планчи маслом, нагрейте до средней температуры.

Выложите на планчу ветки с помидорами и обжаривайте (не переворачивая и не передвигая их) 6–8 минут. Уменьшите огонь, а затем полейте помидоры сиропом из бальзамического уксуса. Как только сироп карамелизуется, снимите помидоры черри с планчи и сразу же подавайте на стол.

Спаржа с бурратой и ванилью

Подготовка: 30 минут
Приготовление: 8–10 минут
Ингредиенты
На 6 порций

24 стебля зеленой спаржи
800–900 г бурраты (мягкого сыра типа моцареллы)
1 стручок ванили
100 мл подсолнечного масла
3 ст. л. красного винного уксуса (50 мл)
50 г сахара
Соль, свежемолотый черный перец

Приготовьте соус винегрет. Разрежьте стручок ванили вдоль и кончиком ножа выскоблите семена. Выложите их в сотейник вместе со стручком. Добавьте сахар и 3 ст. л. воды. Доведите до кипения и продолжайте готовить еще 5 минут на среднем огне до получения густого светлого сиропа. Влейте красный винный уксус и нагревайте еще 30 секунд. Снимите с огня и дайте остыть.

Очистите спаржу. Отварите в течение 3 минут в кипящей подсоленной воде. Ополосните холодной водой, откиньте на дуршлаг.

Выньте из сиропа ванильный стручок. Добавьте масло, посолите и поперчите. Взбейте миксером или блендером до получения однородного соуса винегрет. Разлейте по бутылкам или банкам и уберите в холодильник.

Разведите огонь под барбекю и разложите на решетке спаржу, обжарьте со всех сторон в течение 8–10 минут.

Разложите по тарелкам буррату. Слегка посыпьте свежемолотым черным перцем. Добавьте обжаренную на углях спаржу и сбрызните ванильным соусом винегрет.

Сальса из сладкого перца

Подготовка: 30 минут
Приготовление: 30–40 минут
Ингредиенты
На 6 порций

2 сладких красных перца
2 сладких желтых перца
2 сладких оранжевых перца
150 г зрелого сыра мимолет
30 маленьких маслин
3 зубчика чеснока
10 листочков базилика
100 мл оливкового масла
Соль, свежемолотый черный перец

Разведите огонь под барбекю. Помойте перец и разложите на решетке. Запекайте в течение 30–40 минут со всех сторон, пока шкурка местами не обуглится.

Заверните каждый перец по отдельности в фольгу и остудите. С остывших перцев снимите кожицу, очистите от семян и перегородок. Ополосните под холодной водой и обсушите бумажным полотенцем.

Нарежьте стружкой сыр мимолет (например, при помощи овощечистки).

Почистите и нарежьте чеснок. Измельчите листья базилика. В миске смешайте оливковое масло, чеснок и базилик, посолите и поперчите.

Разложите по тарелкам запеченный на решетке перец, нарезанный стружкой сыр мимолет и маслины. Полейте оливковым маслом, смешанным с базиликом и чесноком. Подавайте с хлебными палочками или обжаренными ломтиками хлеба.

> Для усиления вкуса вы можете замариновать перец накануне в смеси из оливкового масла, чеснока и базилика, а на следующий день запечь на решетке барбекю.

Лук-шалот с розмарином

Подготовка: 10 минут
Приготовление: 30 минут
Ингредиенты
На 6 порций

12 крупных головок лука-шалота

1 ст. л. измельченных веточек розмарина

75 г размягченного слабосоленого сливочного масла

1 ч. л. флер-де-сель

Свежемолотый черный перец

Крупно нарежьте веточки розмарина.

В миске смешайте сливочное масло, флер-де-сель, розмарин и перец.

Разрежьте неочищенные луковицы вдоль пополам. Обильно смажьте со стороны разреза смесью сливочного масла и розмарина, снова сложите вместе половинки и заверните каждую луковицу в фольгу.

Разведите огонь под решеткой барбекю. Выложите луковицы в фольге и запекайте в течение 30 минут над углями. За 10 минут до подачи на стол разверните фольгу (готовность луковиц проверьте, проткнув их ножом).

Запеченный лук может стать оригинальным и вкусным гарниром к приготовленному на углях красному мясу.

Морковь и лук-порей с цитрусовым соусом винегрет

Подготовка: 20 минут
Приготовление: 20 минут
Ингредиенты

На 6 порций

500 г мелкой молодой моркови
500 г мелкого молодого лука-порея
1 небольшой пучок кервеля
Сок 1 лимона
Сок 1 апельсина
80 мл оливкового масла
Соль и свежемолотый черный перец

Почистите и помойте морковь, разрежьте вдоль пополам.

Помойте лук-порей и оставьте целым.

Отварите морковь и лук-порей в течение 2–3 минут в кипящей подсоленной воде. Ополосните холодной водой, откиньте на дуршлаг.

Разведите огонь под барбекю, разместив решетку высоко над углями; запеките овощи со всех сторон в течение 20 минут.

Пока овощи готовятся, приготовьте цитрусовый соус винегрет. Помойте и нарежьте кервель, смешайте в миске с оливковым маслом и соком цитрусовых, посолите и поперчите.

В конце приготовления смажьте овощи соусом, используя кулинарную кисть.

Подавайте запеченные морковь и лук-порей, полив оставшимся соусом винегрет.

Приготовленные на барбекю молодые овощи лучше всего сочетаются с запеченной на углях рыбой.

Пряная кукуруза в масле

Подготовка: 10 минут
Приготовление: 20 минут
Ингредиенты
На 6 порций

6 початков кукурузы

1 ч. л. паприки или другого неострого перца

100 г размягченного слабосоленого сливочного масла

Используя большой нож, разрежьте пополам початки кукурузы. Нанижите каждую половинку на деревянную шпажку.

Разведите огонь под решеткой барбекю. Разложите кукурузу и запекайте со всех сторон над углями в течение 20 минут.

Пока кукуруза готовится, смешайте в миске сливочное масло и паприку.

В конце приготовления, используя кулинарную кисть, смажьте кукурузные початки смесью масла и перца. На стол подавайте сразу.

Можно подать такую кукурузу в качестве гарнира к птице.

Камамбер с кальвадосом

Подготовка: 5 минут
Приготовление: 15 минут
Ингредиенты
На 6 порций

1 коробка камамбера из сырого молока

2 ст. л. кальвадоса

Откройте коробку, удалите с сыра обертку. Положите сыр обратно в коробку.

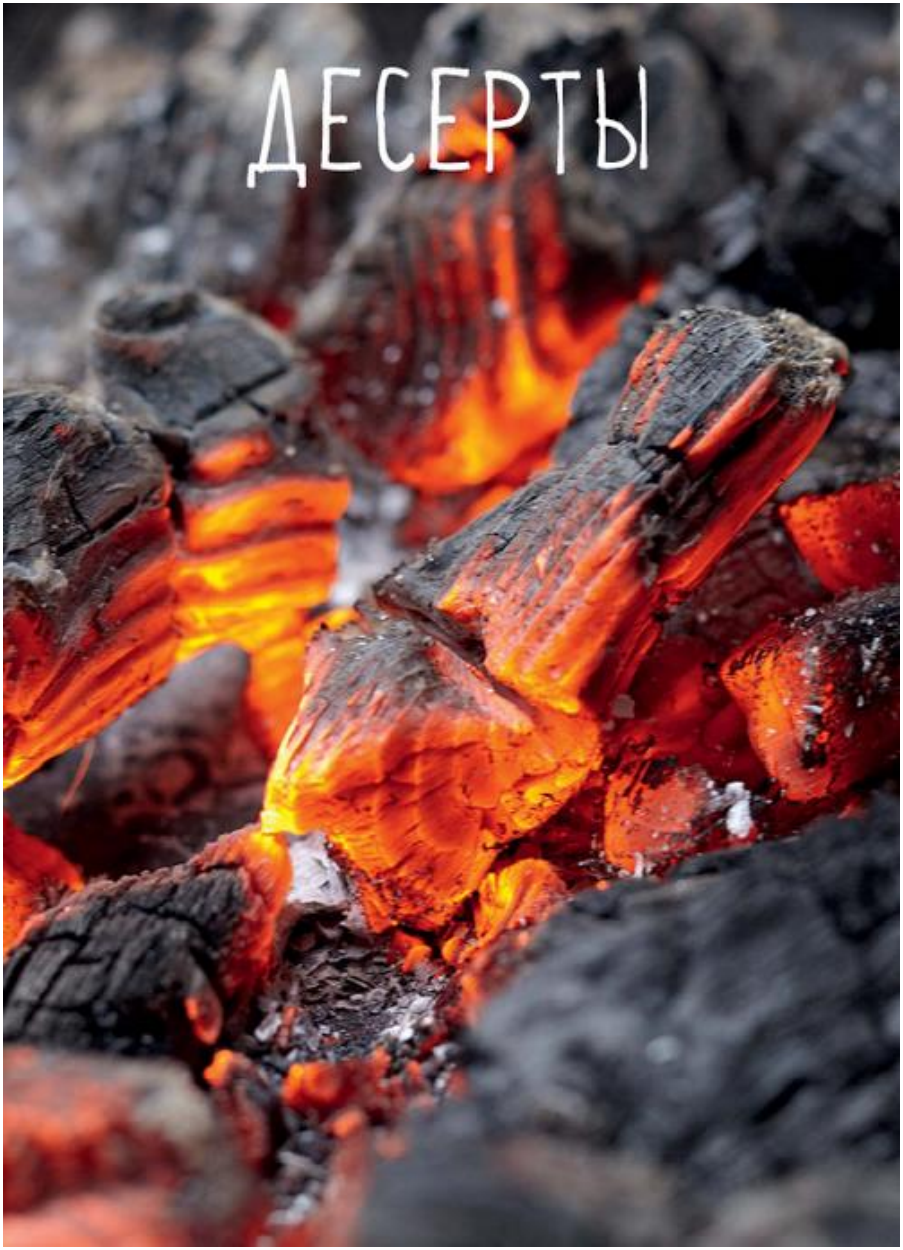
Сделайте в центре камамбера отверстие и влейте в него кальвадос. Закройте коробку и заверните ее в два слоя фольги.

Разведите огонь под барбекю. Положите камамбер в фольге на решетку и запекайте над углями 15 минут.

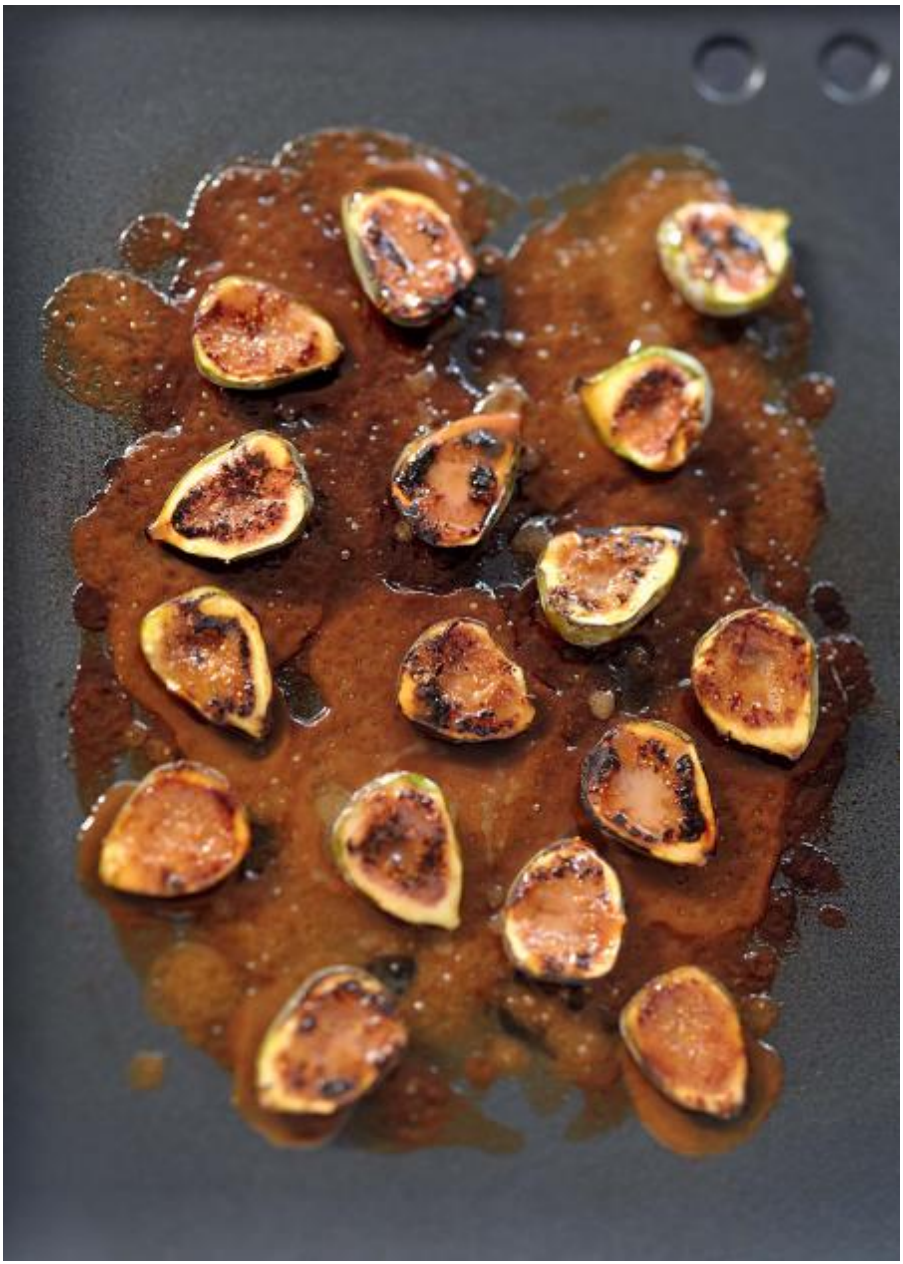
Аккуратно разверните фольгу и сразу подавайте сыр на стол.

> Запеченный на барбекю сыр отлично сочетается с различными видами копченой ветчины, а также с запеченными на планче или барбекю колбасой андуй и картофелем в мундире. Это блюдо также отлично заменяет сырную тарелку. Его можно подать с хрустящим горячим хлебом и стаканом сидра…

Десерты



Инжир в мускатной карамели



Подготовка: 15 минут
Приготовление: 8 минут
Ингредиенты
На 6 порций

18 плодов инжира, не слишком мягких

150 мл муската

100 мл жирных сливок

Немного подсолнечного масла для жарки

100 г сахара

Приготовьте мускатную карамель. В сотейник всыпьте сахар и налейте мускат. Доведите до кипения и продолжайте уваривать на среднем огне около 10 минут, пока сироп не загустеет. Влейте сливки, снова доведите сироп до кипения и подержите на огне еще 30 секунд, энергично взбивая венчиком. Сохраните в тепле.

Помойте инжир и разрежьте вдоль пополам.

Слегка смажьте поверхность планчи маслом, нагрейте ее до средней температуры.

Обжарьте плоды сначала со стороны среза (около 5 минут), затем аккуратно переверните и продолжайте готовить еще 2–3 минуты.

Выключите планчу и полейте фрукты половиной мускатной карамели. Используя кулинарную кисть, хорошо пропитайте инжир горячим сиропом.

Подавайте с оставшимся сиропом и мороженым, посыпанным крошками песочного печенья.

Яблоки с кленовым сиропом

Подготовка: 10 минут
Приготовление: 30 минут
Ингредиенты
На 6 порций

6 яблок гольден или пинк леди

150 мл кленового сиропа

½ ч. л. молотой корицы

1 л ванильного мороженого

Немного подсолнечного масла для жарки

Помойте яблоки и разрежьте пополам.

Слегка смажьте поверхность планчи маслом, нагрейте до средней температуры.

Обжарьте яблоки сначала со стороны среза в течение 10 минут. Затем аккуратно переверните и продолжайте готовить еще 10 минут.

Переверните яблоки еще раз, полейте кленовым сиропом, посыпьте молотой корицей и обжаривайте 3–4 минуты, переверните последний раз и оставьте еще на 3–4 минуты.

Разложите на каждую тарелку по 2 половинки яблока и сразу подавайте на стол с ванильным мороженым.

Дыня в медово-лавандовой карамели

Подготовка: 10 минут
Приготовление: 20 минут
Ингредиенты
На 6 порций

1 средняя дыня

1 ст. л. семян сушеной пищевой лаванды (продается в магазинах пряностей и биопродуктов)

100 г жидкого меда

Немного подсолнечного масла для жарки

В сотейник налейте мед с 3 ст. л. воды. Доведите до кипения. Добавьте семена лаванды и прокипятите в течение 2 минут. Уберите с огня.

Нарежьте дыню на 12 ломтей.

Слегка смажьте поверхность планчи маслом; нагрейте до средней температуры.

Разложите куски дыни и обжаривайте по 6–8 минут с каждой стороны.

Выключите планчу и полейте ломтики дыни медово-лавандовым сиропом. Карамелизуйте 2–3 минуты, затем переверните и дайте дыне хорошо пропитаться карамельным сиропом.

Подавайте сразу же с булочкой и шариком мороженого или сорбе.

Манго с арахисовым крамблом

Подготовка: 20 минут
Приготовление: 12 минут
Ингредиенты
На 6 порций

3 небольших манго
60 г арахиса, желательно несоленого
60 г муки
80 г жидкого меда
50 г размягченного сливочного масла
Немного подсолнечного масла для жарки
60 г коричневого сахара
Разогрейте духовку до 180 ˚С.

Крупно измельчите арахис ножом или в мини-комбайне.

В миске перемешайте масло, коричневый сахар, муку и арахис до получения однородной крупки. Рассыпьте по противню, застеленному пергаментной бумагой. Поставьте запекаться на 15–20 минут. Затем дайте остыть.

Острым ножом разрежьте каждое манго на две половины, осторожно вырезая косточку. Надрежьте мякоть в виде решетки.

Слегка смажьте поверхность планчи маслом, разогрейте до средней температуры. Обжарьте манго сначала со стороны среза (примерно 5–6 минут). Затем переверните и полейте мякоть медом. Убавьте огонь и продолжайте готовить еще 5–6 минут.

Положите на каждую тарелку по половинке обжаренного манго, посыпьте арахисовым крамблом и сразу подавайте на стол.

Ананас по-ямайски

Подготовка: 20 минут
Приготовление: 12 минут
Ингредиенты
На 6 порций

1 большой ананас (или 2 маленьких сорта «виктория»)

1 стручок ванили

1 ч. л. молотой корицы

100 мл темного рома

Немного подсолнечного масла для жарки

150 г коричневого сахара

Почистите ананас и разрежьте на 6 не очень толстых кружков. Удалите сердцевину.

Вскройте ножом стручок ванили и выскоблите семена. Положите в сотейник вместе с коричневым сахаром, корицей и добавьте 3 ст. л. (50 мл) воды. Готовьте на среднем огне около 8–10 минут, пока не получите светлую карамель. Влейте темный ром и прокипятите в течение 20 минут. Снимите с плиты.

Слегка смажьте поверхность планчи маслом, разогрейте до средней температуры.

Обжарьте ломтики ананаса по 5–6 минут с каждой стороны. Убавьте огонь и полейте ананас сиропом из темного рома. Переверните ломтики 2–3 раза. Сироп за это время должен карамелизоваться.

Положите на каждую тарелку по ломтику жареного ананаса, шарик ванильного или ромово-виноградного мороженого, несколько штук кокосового печенья – и наслаждайтесь!

Персики с оршадом

Подготовка: 30 минут + 1 час для расстойки теста
Приготовление: 15 минут
Ингредиенты
На 6 порций

6 больших персиков
100 мл оршада
750 мл персикового сорбе
Для песочного печенья
1 яйцо + 1 желток
2 щепотки шафрана
200 г муки
100 г размягченного сливочного масла
Немного подсолнечного масла для жарки
80 г сахара
1 щепотка флер-де-сель

Приготовьте песочное тесто для печенья. В миске смешайте сливочное масло, сахар, флер-де-сель и шафран. Добавьте муку, яйцо и яичный желток. Хорошо перемешайте до получения однородной массы. Готовое тесто скатайте в шар и уберите на 1 час в холодильник.

Разогрейте духовку до 180 ºС.

Достаньте тесто и раскатайте в пласт толщиной 3 мм. Используя стакан или круглые (можно квадратные) формочки, вырежьте печенье. Разложите на противне, покрытом пергаментной бумагой, поставьте запекаться в духовку на 15 минут. Остудите.

Помойте персики, разделите пополам, не очищая от кожицы, и удалите косточки.

Слегка смажьте поверхность планчи маслом, нагрейте до средней температуры. Обжарьте половинки персиков в течение 6–8 минут, положив их на планчу сначала срезом вниз. Аккуратно переверните и продолжайте обжаривать еще примерно 3–4 минуты. Снова переверните и полейте оршадом. Дайте сиропу хорошо карамелизоваться в течение примерно 2 минут.

Положите на каждую тарелку 2 половинки персика, 1 шарик персикового сорбе и несколько штук песочного печенья с шафраном.

> Для замешивания песочного теста можно использовать кухонный комбайн.

Ягоды в черносмородиновом желе

Подготовка: 20 минут
Приготовление: 5–7 минут
Ингредиенты
На 6 порций

300 г свежей малины
300 г свежей черники
100 г миндальных хлопьев
100 мл оршада
120 г черносмородинового желе
Немного подсолнечного масла для жарки
30 г сахара

Подрумяньте хлопья миндаля на сильном огне в сковороде с антипригарным покрытием. Посыпьте сахаром и, размешивая, дайте миндалю карамелизоваться в течение 2 минут. Выложите на тарелку остывать.

Вырежьте из фольги 6 больших квадратов, разложите на рабочей поверхности. Положите в центр каждого квадрата ягоды, добавьте по 1 ч. л. черносмородинового желе и полейте небольшим количеством оршада. Сверните аккуратные конвертики.

Слегка смажьте поверхность планчи маслом, разогрейте до средней температуры.

Выложите конвертики с ягодами и готовьте 5–7 минут. Подавайте, раскрыв конвертики из фольги и посыпав ягоды хлопьями миндаля в карамели.

Зефир в шоколаде

Подготовка: 10 минут
Приготовление: 5 минут
Ингредиенты
На 6 порций

30 штук зефира маршмэллоу
200 г молочного шоколада
½ ч. л. молотого имбиря
100 мл молока
3 ст. л. сливок
Нарежьте ножом шоколад.

В сотейнике вскипятите молоко и сливки с молотым имбирем. Выключите огонь и добавьте нарезанный шоколад. Размешивайте, пока шоколад полностью не растает. Теплый шоколадный соус держите на водяной бане.

Нанижите на деревянные шпажки по 5 штук маршмэллоу.

Разведите под барбекю достаточно сильный огонь. Быстро обжарьте «шашлычки» из маршмэллоу на открытом огне, держа их за кончики шпажек (это займет 4–5 минут).

Разложите шпажки с зефиром на тарелки, полейте шоколадным соусом.

Будьте внимательны! Не кладите шпажки с зефиром на гриль: они расплавятся и растекутся по решетке!

Напитки

Свиные ребрышки с имбирем Красное – бандоль (Прованс)

Котлетки из курицы и креветок Красное – бордо

Пиката из телятины с хамоном иберико Кортон-шарлемань (Бургундия)

Куриные шашлычки с соусом терияки Пино-гри (Эльзас)

Жареные утиные грудки с можжевельником Красное – бандоль (Прованс)

Копченые бараньи ребрышки с чабером Красное – сент-эмильон (Бордо)

Глазированный бекон с хересовым уксусом Красное – костьер-де-ним (Долина Роны)

Кебаб из свинины и грибов муэр Пино-гри (Эльзас)

Отбивные из барашка по-марокканскиПоммар (Бургундия)

Утка с апельсином на шпажках Красное – сент-эмильон (Бордо)

Краподин из курицы с горчицей Красное – тавель (Долина Роны)

Онглеты с шалотом конфи Красное – анжуйское (Анжу – Сомюр)

Баранина с кускусом под мятно-ореховым соусом Красное – кото-дю-лангедок (Лангедок)

Шашлычки из свинины и ананаса Красное – савиньи-ле-бон (Бургонь)

Жареная баранина с розмарином Кот-роти (Долина Роны)

Телятина по-восточному Сен-николя-де-бургёй (Турень)

Говядина на ребрах с солью и тимьяном Красное – пино-нуар (Эльзас)

Крепинеты из курицы с горгондзолой Красное – шатонеф-дю-пап (Долина Роны)

Шашлычки из рыбы-меч с васаби Белое – шабли гран крю (Бургундия)

Барабулька с бобами и соусом песто Красное – вэн-де-пэи-де-л’од (Лангедок)

Кальмары, фаршированные крамблом и рататуем Белый херес фино (Испания)

Шашлычки из лосося с перцем Жюрансон сек (Юго-Запад)

Каракатицы с соусом айоли Белое – кассис (Прованс – Лазурный Берег)

Жареные креветки в пармской ветчине Белое – пуйи-фюме (Ниверне)

Хрустящие шашлычки из мидий Розовое – тавель (Долина

Роны)

Жареный морской черт с зеленым соусом карри Белое – мерсо (Бургундия)

Шашлычки с кальмарами по-тайски Белое – кот-дю-прованс (Прованс – Лазурный Берег)

Жареные лангустины в грейпфрутовом маринаде Белое – шабли (Бургундия)

Жареная скумбрия в беконе Белое – анжу (Анжу – Сомюр)

Дорадо по-индийски Белое – кинси (Ниверне)

Моллюски с шафраном, запеченные в фольге Белое – шабли (Бургундия)

Жареные омары с имбирем Белое – пюлиньи-монраше (Бургундия)

Сардины с зеленым маслом Белое – кото-дю-лангедок (Лангедок)

Тунец с фенхелем в томатном масле Кот-дю-руссильон (Руссильон)

Сардины, фаршированные кускусом и овощами Белое – кото-дю-лангедок (Лангедок)

Сибас в маринаде из кинзы Белое – кинси (Ниверне)

Спаржа с бурратой и ванилью Белое – мёрсо (Бургундия)

Сальса из сладкого перца Розовое – бандоль (Прованс – Лазурный Берег)

Камамбер с кальвадосом Красное – бандоль (Прованс – Лазурный Берег) или сидр

Инжир в мускатной карамели Кремон-дю-жюра (Жюра)

Яблоки с кленовым сиропом Гевюрцтраминер (Эльзас)

Дыня в медово-лавандовой карамели Ривесальт (Руссильон) или бом-де-вениз (Долина Роны)

Манго с арахисовым крамблом Жюрансон (Юго-Запад)

Ананас по-ямайски Кото-дю-лайон (Анжу – Сомюр)

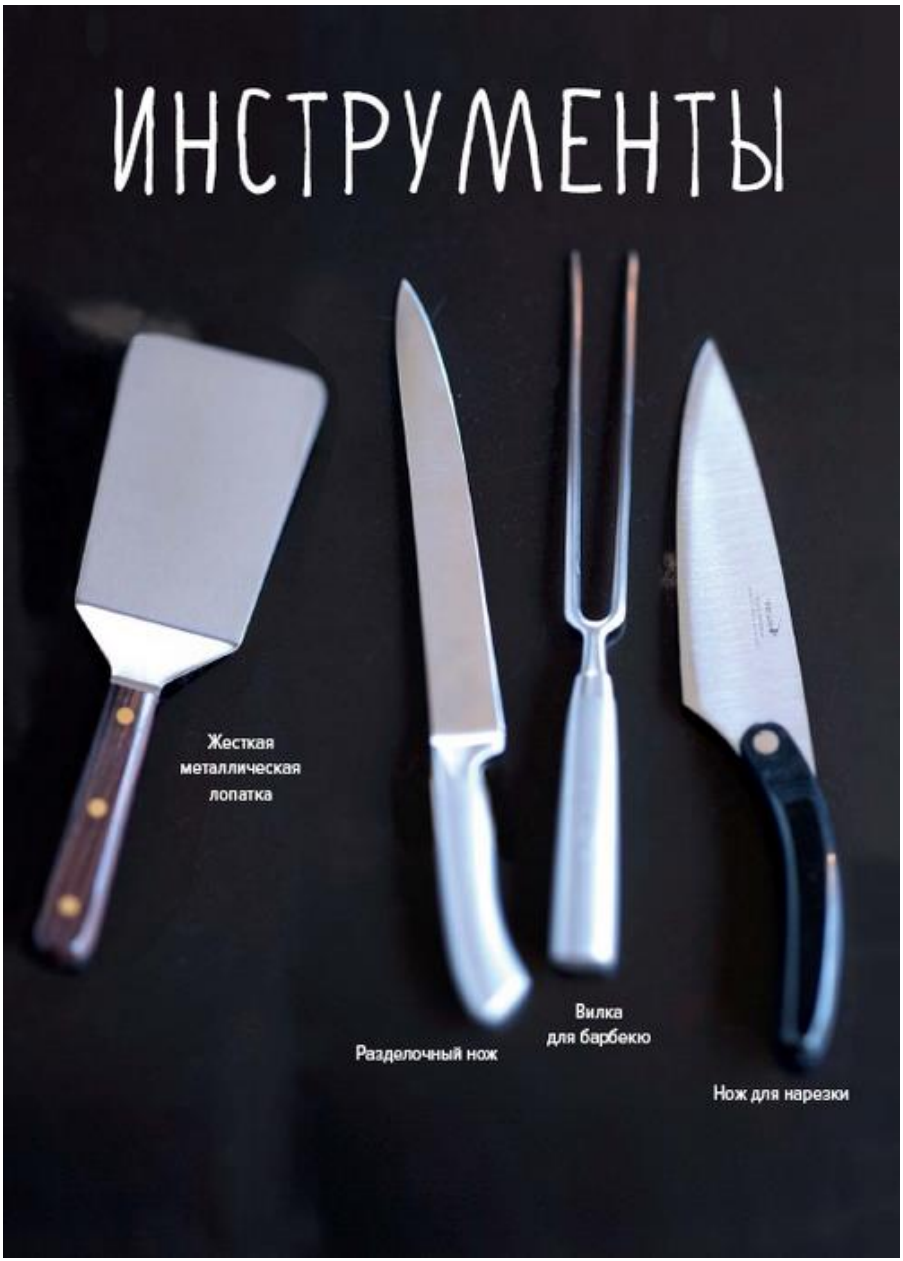
Персики с оршадом Розовое – арбуа (Жюра)

Ягоды в черносмородиновом желе Креман-де-луар (Анжу – Сомюр)

Зефир в шоколаде Красное – баньюльс (Руссильон)

Деревянные и металлические
шпажки и шампуры
Гибкая
металлическая
лопатка

Инструменты



Таблицы соответствий

МЕРЫ ЖИДКОСТЕЙ

Метрическая система	Американская система
5 мл	1 ч. л.
15 мл	1 ст. л.
35 мл	⅛ чашки
65 мл	¼ чашки или большого стакана
125 мл	½ чашки или большого стакана
250 мл	1 чашка или 1 большой стакан
500 мл	2 чашки
1 л	4 чашки

НАГРЕВ ДУХОВКИ

Уровень нагрева	Температура (°C)	Термостат
Очень незначительный	70	2–3
Незначительный	100	3–4
	120	4
Средний	150	5
	180	6
Сильный	200	6–7
	230	7–8
Очень сильный	260	8–9

Благодарности

Спасибо Орели и Барбаре за их веру в наш проект и его перспективы. Пьера-Луи благодарю за идеальные снимки, а Магали, Леа и Лолу –за поддержку и участие в домашних фотосессиях.

Благодарю компанию Mauviel за превосходные сковороды и кастрюли; Deglon –за ножи и другие инструменты для иллюстраций; Asier de Villatte –за тарелки; Ressources –за уникальный цвет снимков.

Также большое спасибо Жереми и Даниэль из компании Invicta за предоставленные планчи, грили и барбекю, которые мы использовали, чтобы сделать фотографии для этой книги.